

2026年2月 給食献立表



門司保育所(みどり園)

日	献立名			あか		黄			みどり		延長おやつ
	午前 おやつ	昼食		午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる			体の調子を整える		
2 月	牛乳	パン だいこんシチュー コーンとかにかまのサラダ	牛乳 クッキー	鶏もも 鉄強化牛乳 かに風味かまぼこ 牛乳	ロールパン ジャガイモ スープの素 小麦粉 バター サラダ油 酢 砂糖 クッキー	大根 にんじん しめじ 玉ねぎ パセリ スイートコーン きゅうり					牛乳 あられ
3 火	牛乳	ごはん いわしハンバーグ ボイルキャベツ 豚汁風みそ汁	牛乳 *大豆ボール	鶏ひき肉 いわし みそ 煮干し 牛乳 豚肉 牛乳 ゆで大豆 青のり	米 サラダ油 片栗粉 マヨドレ 砂糖 しょうゆ	しょうが 玉ねぎ キャベツ にんじん ねぎ しいたけ 大根					牛乳 ウエハース
4 水	牛乳	パン チキンナゲット プロッコリー コーンスープ	牛乳 鉄強化ウエハース ビスケット	鶏ひき肉 豆腐 牛乳	ロールパン マヨドレ 酒 砂糖 小麦粉 トマトケチャップ 醤油 サラダ油 鉄強化ウエハース スープの素 片栗粉 ビスケット	プロッコリー スイートコーン 玉ねぎ パセリ					牛乳 おかき
5 木	牛乳	ごはん 凍豆腐の卵とじ 白菜のみそ汁	牛乳 クラッカー	凍豆腐 鶏ひき肉 卵 油揚げ みそ 煮干し 牛乳	米 ジャガイモ サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 クラッカー	にんじん ピーマン 干しいたけ 白菜 ねぎ					牛乳 せんべい
6 金	牛乳	ごはん 魚のみそ煮 大根べっこ煮 ほうれん草のすまし汁	牛乳 りんご	さば 赤みそ 煮干し だし昆布 牛乳	米 砂糖 しょうゆ 酒 サラダ油 みりん	しょうが 大根 にんじん ほうれんそう 玉ねぎ りんご					牛乳 サブレ
7 土	牛乳	カレーうどん フルーツあえ	牛乳 クッキー	豚肉 スキムミルク 牛乳	うどん ジャガイモ サラダ油 カレールウ スープの素 クッキー	玉ねぎ にんじん ねぎ みかん(缶) もも(缶) パイン(缶)					ジュース クッキー
9 月	牛乳	ごはん 鶏肉のてり煮 小松菜のごまあえ 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 *くろくりこ	鶏肉 豆腐 わかめ みそ 煮干し 牛乳 きな粉	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 ごま 片栗粉 黒砂糖	しょうが 小松菜 にんじん ねぎ					牛乳 かりんとう
10 火	牛乳	パン チーズ入りハンバーグ にんじんつや煮 キャベツのスープ	牛乳 あられ おやつ昆布	合ひき肉 卵 ビザチーズ 牛乳 おやつ昆布	ロールパン パン粉 サラダ油 トマトケチャップ スープの素 ウスターソース 砂糖 しょうゆ 酒 あられ	玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ					牛乳 サブレ
12 木	牛乳	ごはん レバーのてり煮 切干大根サラダ じゃが芋のみそ汁	飲むヨーグルト おかげ	鶏レバー ハム わかめ みそ 煮干し 牛乳 飲むヨーグルト おかげ	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 醋 ごま油 ジャガイモ おかげ	しょうが 切干大根 きゅうり にんじん ねぎ					牛乳 クッキー
13 金	牛乳	ごはん ハヤシ汁 ひじきサラダ	牛乳 *ココアヒブルーンの 豆乳蒸パン	牛肉 ひじき 牛乳 豆乳	米 バター 小麦粉 ごま油 スープの素 トマトケチャップ 砂糖 トマトピューレ ウスターソース 醋 ココア ホットケーキミックス	玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり にんじん ブルーン					牛乳 おかげ
14 土	牛乳	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 かりんとう	ペーコン チーズ 豆乳 牛乳	スパゲッティ サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース マーガリン スープの素 かりんとう	にんじん 玉ねぎ セロリー ピーマン スイートコーン キャベツ パセリ					牛乳 ビスケット
16 月	牛乳	パン だいこんシチュー コーンとかにかまのサラダ	牛乳 クッキー	鶏もも 鉄強化牛乳 かに風味かまぼこ 牛乳	ロールパン ジャガイモ スープの素 小麦粉 バター サラダ油 酢 砂糖 クッキー	大根 にんじん しめじ 玉ねぎ パセリ スイートコーン きゅうり					牛乳 クラッカー
17 火	牛乳	カレーうどん フルーツあえ	牛乳 *かしわおにぎり	豚肉 スキムミルク 牛乳 鶏肉	米 うどん ジャガイモ サラダ油 カレールウ スープの素 醬油 砂糖 みりん 酒	玉ねぎ にんじん ねぎ ごぼう みかん(缶) もも(缶) パイン(缶) 干しいたけ					牛乳 せんべい
18 水	牛乳	ごはん 肉団子スープ マカロニサラダ	牛乳 *チーズラスク	鶏ひき肉 ハム 牛乳 チーズ	米 片栗粉 マヨネーズ スープの素 マカロニ 醬油 ごま油 食パン はるさめ	玉ねぎ にんじん 白菜 ねぎ しょうが きゅうり パセリ					牛乳 クラッcker
19 木	牛乳	ごはん 鶏肉のてり煮 小松菜のごまあえ 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 ビスケット(ココア)	鶏肉 豆腐 わかめ みそ 煮干し 牛乳	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 ごま ビスケット	しょうが 小松菜 にんじん ねぎ					牛乳 あられ
20 金	牛乳	カレーピラフ 豚ヒレのたった揚げ キャベツのゆかりあえ わかめのすまし汁 バナナ	プリン 	鶏もも 豚肉 わかめ 煮干し だし昆布 牛乳	米 カレールウ スープの素 しょうゆ 酒 片栗粉 上新粉 サラダ油 プリン しそ粉	パプリカ(赤) ピーマン キャベツ にんじん ねぎ バナナ					牛乳 ビスケット
21 土	牛乳	ごはん 凍豆腐の卵とじ 白菜のみそ汁	牛乳 クラッcker	凍豆腐 鶏ひき肉 卵 油揚げ みそ 煮干し 牛乳	米 ジャガイモ サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 クラッcker	にんじん ピーマン 干しいたけ 白菜 ねぎ					ジュース せんべい
24 火	牛乳	肉みそうどん バナナ	牛乳 *みかんちゃん	鶏ひき肉 赤みそ 卵 牛乳	うどん 砂糖 スープの素 サラダ油 ホットケーキミックス	きゅうり もやし トマト しょうが バナナ みかん缶 みかんジュース					牛乳 クラッcker
25 水	牛乳	パン チーズ入りハンバーグ にんじんつや煮 キャベツのスープ	牛乳 あられ おやつ昆布	合ひき肉 卵 ビザチーズ 牛乳 おやつ昆布	ロールパン パン粉 サラダ油 トマトケチャップ スープの素 ウスターソース 砂糖 しょうゆ 酒 あられ	玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ					牛乳 サブレ
26 木	牛乳	ぱりぱりおそば えのきとわかめのスープ	牛乳 *焼き芋	豚肉 かまぼこ 牛乳 わかめ	揚げ中華麺 砂糖 しょうゆ スープの素 片栗粉 さつま芋 サラダ油	にんじん ねぎ 玉ねぎ もやし キャベツ えのきたけ 干しいたけ					牛乳 ラスク
27 金	牛乳	ごはん 魚の香味揚げ トマト スナップえんどう コーンスープ	牛乳 丸ボーロ	白身魚 牛乳	米 砂糖 しょうゆ カレー粉 片栗粉 サラダ油 スープの素 丸ボーロ	しょうが トマト スナップえんどう スイートコーン 玉ねぎ パセリ					牛乳 ビスケット
28 土	牛乳	イタリアンスパゲッティ コーンとキャベツの豆乳スープ	牛乳 かりんとう	ペーコン チーズ 豆乳 牛乳	スパゲッティ サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース マーガリン スープの素 かりんとう	にんじん 玉ねぎ セロリー ピーマン スイートコーン キャベツ パセリ					牛乳 あられ

月 平均 栄 養 価	年齢	区分	エネルギー Kcal	たんぱ く質 g	脂質 g	カルシ ウム mg	鉄 mg	ビタミン			食塩相 当量 g	2月の旬食材 ホウレンソウ
								A μgR E	B1 mg	B2 mg	C mg	
未満児		基準値	470	15~23	11~16	210	2	200	0.2	0.3	18	1.3未満
		平均栄養価	464	19.3	17.6	289	1.8	343	0.25	0.41	18	1.6
以上児		基準値	570	18~29	13~19	270	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6未満
		平均栄養価	536	21.3	18.3	251	2.4	387	0.27	0.37	21	2

★午前おやつは3歳未満児のみの提供です ★20日はバースデーランチです ★平均栄養価は延長おやつを除く ★緑字は年長児のリクエストメニューです



