

# 令和8年2月 献立表



★印はマヨネーズ使用です

長栄保育園

日	曜日	献立名	主食	材 料 名			お や つ	
				熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	乳児 (午前)	乳幼児 (午後)
2	月	鶏肉のコトコ煮 ひじきサラダ★	食パン	さとう すりごま(白) マヨネーズ	鶏もも肉 干しひじき ツナ缶	だいこん にんじん しょうが グリンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	お茶 エマシガービスケット	牛乳 ハッピーターン
3	火	お豆ごはん 魚の竜田揚げ 白みそ汁	ごはん	糸こんにゃく さとう かたくり粉 油	大豆 油揚げ 削り節 さかな 生わかめ	干し椎茸 にんじん さやいんげん しょうが もやし 葉ねぎ たまねぎ だいこん	牛乳 白い風船	牛乳 ぼたぼた焼き
4	水	マーボー豆腐 ばんさんすう 味付け煮干	麦ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし きゅうり	お茶 カルシウムせんべい	牛乳 ハーベスト
5	木	煮魚 みそ汁 チーズ	ごはん	さとう	さかな 油揚げ 削り節 チーズ	しょうが にんじん ほうれんそう たまねぎ えのきたけ ごぼう	牛乳 ばりんこ	かんきつ類 しるこサンド
6	金	豚肉のケチャップ味 冬野菜のスープ	ロールパン	油 さとう かたくり粉	豚もも肉 ベーコン	たまねぎ 青ピーマン キャベツ はくさい にんじん しめじ カリフラワー	お茶 たべっこどうぶつ	お茶 りんごドーナツ
7	土	みそラーメン プリン		中華めん(生) 油 プリン	焼き豚 生わかめ	にんじん もやし しめじ 葉ねぎ	お茶 ばりんこ	
9	月	大根とつくねの煮物 納豆あえ	ごはん	かたくり粉 さとう	鶏ひき肉 納豆 花かつお 削り節	グリンピース(冷) だいこん しめじ にんじん ほうれんそう もやし	牛乳 ルヴァンプライム	牛乳 シスコーン
10	火	じゃがいもと鶏肉の揚げ煮 合わせみそ汁	ごはん	じゃがいも かたくり粉 油 さとう	鶏もも肉 生わかめ 削り節	にんじん さやいんげん たまねぎ キャベツ 葉ねぎ	お茶 花三色	牛乳 きなこ餅
11	水	建国記念の日						
12	木	白菜のクリーム煮 スパゲティサラダ★	ミルク ロール	油 バター 小麦粉 スパゲティ マヨネーズ	鶏もも肉 スキムミルク 生クリーム ロースハム	はくさい にんじん たまねぎ しめじ きゅうり コーン缶	お茶 野菜かりんとう	牛乳 ばかうけ(青のり)
13	金	切干大根の煮付け 豚汁 味付け煮干	ごはん	油 さとう 糸こんにゃく	鶏もも肉 刻み昆布 削り節 豚もも肉 豆腐 油揚げ 味付け煮干	切干し大根 にんじん さやいんげん 干し椎茸 ごぼう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	お茶 満月ぼん	牛乳 ココアケーキ
14	土	五目うどん フルーツゼリー		干しうどん(乾) フルーツゼリー	鶏もも肉 かまぼこ 削り節	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	お茶 花三色	
16	月	煮魚 みそ汁 チーズ	ごはん	さとう	さかな 油揚げ 削り節 チーズ	しょうが にんじん ほうれんそう たまねぎ えのきたけ ごぼう	お茶 マリー	お茶 焼きそば
17	火	鶏肉のコトコ煮 ひじきサラダ★	食パン	さとう すりごま(白) マヨネーズ	鶏もも肉 干しひじき ツナ缶	だいこん にんじん しょうが グリンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	お茶 カルシウムせんべい (ごま)	牛乳 みりん揚げ
18	火	どっさりキャベツの米粉 ドライカレー 大根スープ	麦ごはん	油	豚ひき肉 ベーコン	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ 葉ねぎ だいこん にんじん グリンピース(冷)	牛乳 チーズあられ	牛乳 源氏パイ
19	木	吹き寄せごはん レモン風味からあげ すまし汁	ごはん	糸こんにゃく さとう 油 かたくり粉 ごま油 ふ	油揚げ 削り節 鶏もも肉	にんじん さやえんどう 干し椎茸 しょうが レモン(果汁・生) キャベツ ほうれんそう えのきたけ たまねぎ	お茶 ハッピーターン	お茶 ビレーネ
20	金	マーボー豆腐 ばんさんすう 味付け煮干	麦ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし きゅうり	牛乳 エマシガービスケット	お茶 たべっこどうぶつ
21	土	みそラーメン プリン		中華めん(生) 油 プリン	焼き豚 生わかめ	にんじん もやし しめじ 葉ねぎ	お茶 ハッピーターン	
23	月	天皇誕生日						
24	火	魚のすり身揚げ 野菜スープ	ミルク ロール	パン粉(乾) さとう 油 かたくり粉 じゃがいも	白身魚すり身 豆腐 卵 ベーコン	しょうが 葉ねぎ にんじん コーン缶 ブロッコリー キャベツ たまねぎ	お茶 しるこサンドクラッカー	牛乳 ふるさとボン菓子
25	水	チャブチェ わかめスープ チーズ	ごはん	はるさめ(乾) 油 さとう 白ごま ごま油	豚もも肉 豆腐 生わかめ チーズ	たまねぎ にんじん こまつな もやし 干し椎茸 にんにく えのきたけ	お茶 白い風船	牛乳 雪の宿
26	木	切干大根の煮付け 豚汁 味付け煮干	ごはん	油 さとう 糸こんにゃく	鶏もも肉 刻み昆布 削り節 豚もも肉 豆腐 油揚げ 味付け煮干	切干し大根 にんじん さやいんげん 干し椎茸 ごぼう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	お茶 ばりんこ	お茶 プリンアラモード
27	金	大根とつくねの煮物 納豆あえ	ごはん	かたくり粉 さとう	鶏ひき肉 納豆 花かつお 削り節	グリンピース(冷) だいこん しめじ にんじん ほうれんそう もやし	牛乳 エマチーズクラッカー	牛乳 クリームラスク
28	土	五目うどん フルーツゼリー		干しうどん(乾) フルーツゼリー	鶏もも肉 かまぼこ 削り節	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	お茶 花三色	