

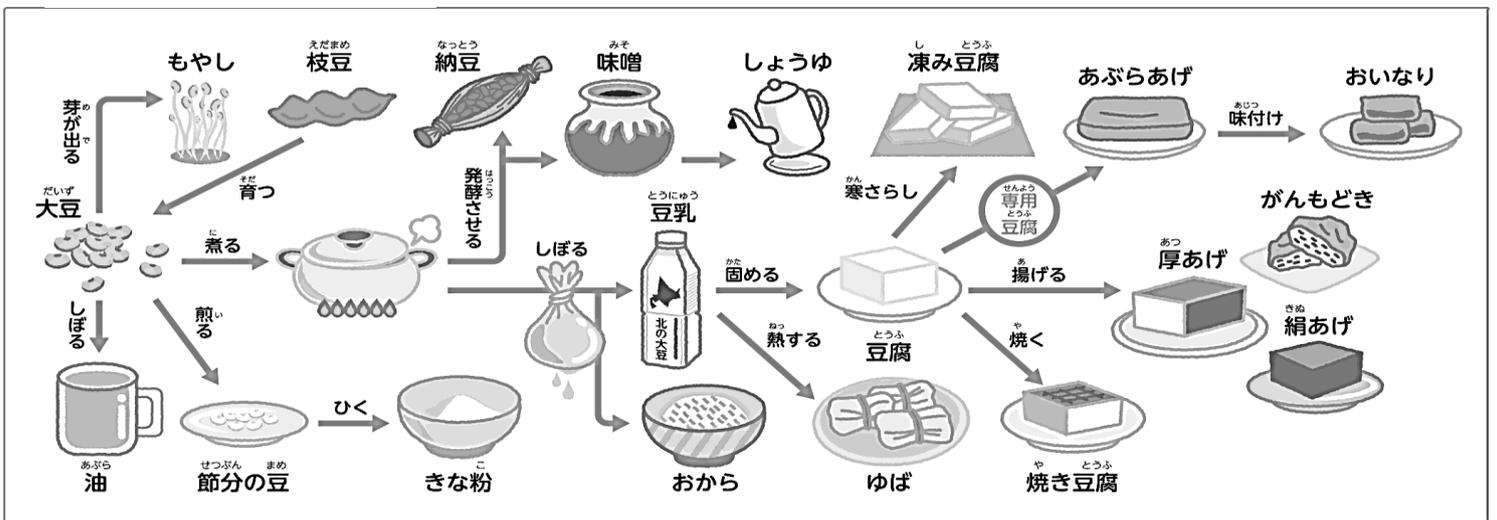
2026年 2月 献立予定表

日 曜	3歳未満児朝おやつ	献立名	午後おやつ	3歳未満児kcal	3歳以上児kcal
2月	カルピス	ごはん ひじきハンバーグ ピーナッツ和え キャベツと油揚げの味噌汁 バナナ	コーンフレーク牛乳がけ	514	588
3火	牛乳	鬼さんカレー おからサラダ 白菜とベーコンのスープ ゼリー	きな粉揚げパン 麦茶	529	600
4水	バナナ 麦茶	ごはん 鯖の塩焼き 大根のマリネ おでん みかん缶	きつねうどん	502	584
5木	カルピス	ミートスパゲティ ガーリックサラダ 豆乳スープ ポンカン	しらすわかめおにぎり 麦茶	513	587
6金	牛乳	ごはん 松風焼き ひじきの炒め煮 大根と玉葱の味噌汁 りんご	メロンパン風スコーン ほうじ茶	512	573
7土		ヤンニョムチキン丼 牛乳 バナナ	せんべい ジュース		
9月	野菜ジュース	ごはん 肉じゃが 納豆のお浸し えのきとわかめの味噌汁 パイン缶	ホットケーキ 牛乳	516	576
10火	カルピス	ごはん 魚の竜田香味ソースがけ スパゲティサラダ ワンタンスープ 枝豆	焼きそば	504	576
12木	牛乳	クッキング保育(피자) 人参のマリネ風サラダ 卵スープ みかん	フライドポテト カルピス	513	570
13金	ポーロ 麦茶	あんかけうどん コロッケ いよかん	ガトーショコラ 麦茶	525	577
14土		ナポリタン 牛乳 りんご	パイ菓子 ジュース		
16月	カルピス	親子丼 ツナの酢の物 なめこ汁 チーズ	バナナケーキ 麦茶	512	585
17火	牛乳	じゃこトースト スパニッシュオムレツ チップスサラダ キャベツとベーコンのスープ ジャムヨーグルト	チュモクパブ ほうじ茶	511	573
18水	バナナ 麦茶	ごはん 鯖の西京焼き 南瓜のカレー鶏そぼろ 豆腐とわかめの味噌汁 みかん缶	ポップコーン(塩) カルピス	498	584
19木	カルピス	お弁当の日	スノーボールクッキー 麦茶		
20金	牛乳	ごはん 照り焼きチキン 海藻サラダ もやしとねぎの味噌汁 バナナ	ピザまん ほうじ茶	506	572
21土		マーボー丼 牛乳 りんご	せんべい ジュース		
24火	野菜ジュース	ミートドリア レインボーサラダ パンプキンスープ ポンカン	豆腐ドーナツ カルピス	521	583
25水	カルピス	ごはん アジフライ 人参とツナのしりしり じゃが芋とほうれん草の味噌汁 ゼリー	ちんすこう 麦茶	525	587
26木	牛乳	誕生会			
27金	ポーロ 麦茶	ごはん ポークピカタ きのことりサラダ 白菜と油揚げの味噌汁 バナナ	ツナマヨトースト 麦茶	513	588
28土		お弁当の日	バウムクーヘン 牛乳		



日本が世界の最長寿大国となった理由として、栄養バランスの良い食事があげられます。そのなかで大豆は肉と匹敵する量のたんぱく質を含んでいることから「畑の肉」ともいわれ、海外でも注目されています。アメリカでは「大地の黄金」とも言われているそうです。煮物にしたり、スープにいれたり片栗粉で揚げて甘辛くしてみたり、レパートリーを増やしていろいろな料理に登場させたい食材ですね。

<< 大豆を使った食品 >>



<< 誕生会メニュー >>

- ・わかめおにぎり
- ・煮込みハンバーグ
- ・いろいろなパン
- ・ハッシュドポテト
- ・クリームパンネ
- ・枝豆
- ・ジュース
- ・みかん、いちご

