

令和8年2月 献立表

新宿区立四谷子ども園

| 日・曜日 | | 午前おやつ | 昼 食 | | 午後おやつ | |
|-------|---|-----------|---|---|--------------------------|--|
| | | 献立名 | 献立名 | 使用食材 | 献立名 | 使用食材 |
| 2・16 | 月 | 牛乳 バナナ | ご飯 豚肉の味噌焼き 粉ふきいも 切干大根の華風和え 玉葱のすまし汁 | 米 豚肉 葱 油 酒 みりん 砂糖 味噌 じゃがいも 塩 切干大根 小松菜 人参 ごま油 砂糖 醤油 玉葱 白菜 塩 醤油 | 牛乳／果物 | 牛乳／みかん |
| | | | | | (2日)蒸しパン | 牛乳 レーズン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖 菓子 |
| 3 | 火 | ヨーグルト | ★節分★ 大豆そぼろご飯 ししゃもの素揚げ トマト もやしのごま和え さつまいもの味噌汁 | 米 人参 鶏ひき肉 大豆水煮 さやいんげん 酒 塩 醤油 のり ししゃも 片栗粉 油 酒 トマト もやし きゅうり すりごま 砂糖 醤油 さつまいも キャベツ 味噌 | 牛乳 フルーツ 杏仁豆腐 菓子 | 牛乳 粉寒天 牛乳 バナナ みかん缶 パイン缶 砂糖 菓子 |
| | | | | | 牛乳／果物 コーンチーズ おにぎり | 牛乳／りんご 米 ホールコーン缶 チーズ 酒 塩 醤油 |
| 4・18 | 水 | 牛乳 菓子 | パン タンドリーチキン ポイルブロッコリー 白菜サラダ 豆腐のスープ | ロールパン 鶏肉 プレーンヨーグルト にんにく 塩 こしょう 砂糖 醤油 カレー粉／ブロッコリー 白菜 大根 人参 油 砂糖 塩 酢 豆腐 チンゲン菜 塩 醤油 | 牛乳／果物 牛乳 | 牛乳／みかん |
| | | | | | | |
| 5・19 | 木 | 牛乳 菓子 | ピピンバ ツナ和え 大根のスープ 果物 | 米 豚ひき肉 卵 人参 ほうれん草 ごま 油 ごま油 みりん 砂糖 醤油 キャベツ きゅうり ツナ缶 醤油 大根 しめじ 塩 醤油 バナナ | 牛乳／果物 牛乳 | 牛乳／みかん |
| | | | | | | |
| 6・20 | 金 | 牛乳 みかん | ゆかりご飯 鶏肉のつくね煮 もやしの味噌汁 ヨーグルト | 米 ゆかり 鶏ひき肉 玉葱 豆腐 人参 ごぼう 里いも 片栗粉 酒 醤油 みりん 砂糖 もやし 葉葱 味噌 ヨーグルト | 牛乳／果物 牛乳 | 牛乳／みかん |
| | | | | | | |
| 7・21 | 土 | ヨーグルト | 煮込みうどん さつまいものそぼろ煮 果物 | 乾麺 豚肉 人参 葱 小松菜 みりん 砂糖 塩 醤油 鶏ひき肉 人参 玉葱 さつまいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 バナナ | 牛乳／果物 菓子 | 牛乳／みかん 菓子 |
| | | | | | | |
| 9 | 月 | 牛乳 バナナ | ご飯 豚肉の竜田揚げ トマト わかめの酢じょうゆ和え 麩の味噌汁 | 米 豚肉 生姜 片栗粉 油 酒 醤油 トマト 生わかめ もやし きゅうり 砂糖 酢 醤油 麩 かぶ 人参 かぶの葉 味噌 | 牛乳／果物 豆乳 ホットケーキ | 牛乳／みかん 豆乳 苺ジャム 小麦粉 ベーキングパウダー 油 砂糖 |
| | | | | | | |
| 10・24 | 火 | ヨーグルト | 和風スパゲッティ さつまいものマセドアンサラダ レタスのスープ 果物 | スパゲッティ 鶏肉 人参 玉葱 まいたけ えのきだけ 刻みのり オリーブオイル 油 酒 みりん 塩 醤油 こしょう さつまいも 人参 きゅうり 油 砂糖 塩 酢 レタス ほうれん草 塩 醤油 りんご | 牛乳／果物 菓子 | 牛乳／みかん 菓子 |
| | | | | | | |
| 12・26 | 木 | 牛乳 みかん | ご飯 魚のみぞれ煮 チンゲン菜の炒め物 油揚げの味噌汁 | 米 魚 大根 酒 みりん 砂糖 醤油 人参 キャベツ チンゲン菜 油 ごま油 塩 こしょう 油揚げ 白菜 味噌 | 牛乳／果物 牛乳 | 牛乳／みかん 菓子 |
| | | | | | | |
| 13・27 | 金 | ヨーグルト | チキンカレーライス 野菜とハムのサラダ 果物 | 米 生姜 にんにく 鶏肉 玉葱 人参 じゃがいも トマトピューレ ヨーグルト 牛乳 小麦粉 油 バター 中濃ソース 塩 カレー粉 小松菜 れんこん 人参 ハム 油 砂糖 塩 酢 みかん | 牛乳 グレープゼリー 菓子 | 牛乳 粉寒天 ぶどうジュース 砂糖 菓子 |
| | | | | | | |
| 14・28 | 土 | 牛乳 菓子 | 豚野菜丼 大根の味噌汁 果物 | 米 豚肉 人参 玉葱 ほうれん草 油 酒 みりん 砂糖 醤油 大根 なす 味噌 バナナ | 牛乳／果物 菓子 | 牛乳／みかん 菓子 |
| | | | | | | |
| 17 | 火 | ヨーグルト | かき揚げ丼 甘酢和え 豚汁 果物 | 米 玉葱 さつまいも 桜えび 春菊 小麦粉 油 みりん 醤油 かぶ 人参 かぶの葉 砂糖 塩 酢 豚肉 ごぼう 人参 大根 油揚げ 葱 油 味噌 みかん | 牛乳／果物 マカロニの トマトソース | 牛乳／みかん 菓子 |
| | | | | | | |
| 25 | 水 | 牛乳 菓子 | ご飯 春巻き スティックきゅうり 玉葱のスープ 果物 | 米 豚ひき肉 葱 人参 もやし キャベツ 春雨 春巻きの皮 片栗粉 小麦粉 油 ごま油 塩 こしょう 醤油／きゅうり 塩 玉葱 大根 豆苗 塩 醤油 みかん | 牛乳／果物 きな粉サンド | 牛乳／みかん 菓子 |
| | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|---------|-----------------------|---------|-------|-------|-------|-------|
| ※都合により献立を変更することがあります。 ※上記で、食べたことのない食材はご家庭でお試ください。 | | ※毎食（昼食、おやつ）、麦茶を提供します。 | | 1～2歳児 | | 3歳以上児 | |
| | | | | エネルギー | たんぱく質 | エネルギー | たんぱく質 |
| 給与目標 | 450kcal | 19.0g | 550kcal | 23.0g | | | |
| 平均 | 456kcal | 18.3g | 555kcal | 21.0g | | | |

節分は、豆をまいて鬼を追ひ払い福を呼び込む行事です。子ども達が元気で良い一年を過ごせるよう願いを込めて、給食では、お米と一緒に水煮大豆を炊き込んだ大豆ご飯を提供します。