

# 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 じやがいも 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 (2日)蒸しパン (16日)菓子	牛乳／みかん 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 ・ 17	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
4 ・ 18	水	牛乳 菓子	パン タンドリーチキン ボイルプロッコリー 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／プロッコリー 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 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
5 ・ 19	木	牛乳 菓子	ビビンバ 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 いももちの みたらしかけ	牛乳／みかん じやがいも 片栗粉 油 バター みりん 砂糖 醤油
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 焼きそば	牛乳／バナナ 蒸し中華麺 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 青のり 油 塩 こしょう 中濃ソース
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 ・ 23	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 莓ジャム 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 (10日)納豆そぼろ (24日)そぼろご飯	牛乳／バナナ 米 豚ひき肉 生姜 葱 ご飯 ひきわり納豆 酒 醤油 米 豚ひき肉 生姜 葱 酒 醤油
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 スイートポテト	牛乳／りんご さつまいも 生クリーム 牛乳 バター 砂糖
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 じやがいも 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 ・ 29	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／バナナ マカロニ 鶏ひき肉 玉葱 さやいんげん 油 オリーブオイル 塩 トマトケチャップ 中濃ソース
25 ・ 2	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／バナナ 食パン きな粉 バター 砂糖

※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しください。

※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、豆をまいて鬼を追い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。