

令和 8 年 2 月 の 献 立 予 定 表

献立作成者 渡邊

★印は、らいおん組の
リクエストメニューです

東部若葉保育園

日	曜日	主食	副食	おやつ	主 な 材 料			
					体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)	その他
2 16	月	ごま塩ご飯	さばの塩焼き ★炒り豆腐 具沢山みそ汁	牛乳 せんべい ★カルピスゼリー	牛乳 豆腐 さば カルピス 鶏肉 みそ	米 グラニュー糖 砂糖 油 片栗粉 黒ごま せんべい	人参 玉葱 大根 葱 ごぼう 絹さや 干椎茸 寒天	だし汁 醤油 みりん 食塩
3 17	火	おにっご飯	★鶏肉のみそ焼き ごま酢和え 白菜のみそ汁	牛乳 オムロール	牛乳 鶏肉 鶏卵 大豆缶 みそ ウイナー 油揚げ しらす	米 油 砂糖 三温糖 ごま	かぶ 白菜 玉葱 人参 ひじき ケチャップ 胡瓜 にんにく	だし汁 醤油 みりん コンソメ 酢 食塩
4 18	水	★みそラーメン	じゃが芋のチーズ焼き 中華きゅうり ヨーグルト	牛乳 オムレット	牛乳 ヨーグルト 豚肉 みそ 鶏卵 チーズ 豆乳クリーム	中華麺 じゃが芋 バター ホットケーキミックス ごま油	キャベツ もやし 人参 コーン缶 玉葱 胡瓜 たら 生姜 にんにく ジャム	鶏ガラ 醤油 酢 食塩
5 19	木	豚丼	ブロッコリーの和風サラダ 田楽 なめこのみそ汁	牛乳 コーンマヨパン	牛乳 みそ 豚肉 豆腐 ツ缶	米 里芋 コーンマヨパン 押麦 白滝 砂糖 油	玉葱 ブロッコリー なめこ 葱 人参 生姜	だし汁 醤油 酢 みりん
6 20	金	パン	★ハンバーグ 温野菜 玉葱のコンソメスープ	牛乳 ★ゆかりおにぎり	牛乳 豚肉 豆腐	米 パン じゃが芋 パン粉 油 砂糖 ごま	大根 胡瓜 パプリカ 人参 ケチャップ 玉葱 ゆかり	だし汁 酢 中濃ソース 食塩 コンソメ 醤油
7 21	土	肉みそ スパゲティ	厚揚げの煮物 大根サラダ	牛乳 袋菓子	牛乳 生揚げ 豚肉 みそ	スパゲティ 砂糖 ごま油 お菓子	玉葱 大根 葱 きゅうり 人参 のり にんにく	だし汁 醤油 食塩
9	月	ご飯	かじきのヤンニョム風 ★おかか和え えのきのすまし汁	牛乳 ★肉まん	牛乳 カジキ 豆腐 豚肉 みそ 削り節	米 小麦粉 砂糖 ごま油	小松菜 人参 もやし 玉葱 干し椎茸 キャベツ えのき 生姜 にんにく ケチャップ	だし汁 醤油 食塩 ベーキングパウダー
10 24	火	★ウイナー カレー	ハワイアンサラダ のり塩レンコン わかめスープ	牛乳 クッキー	牛乳 ウイナー 鶏卵	米 じゃが芋 砂糖 ごま油 バター 小麦粉	玉葱 キャベツ パイン缶 人参 胡瓜 葱 わかめ 生姜 にんにく れんこん	だし汁 カレールウ 酢 食塩 ベーキングパウダー
25	水	きのこ スパゲティ	★焼肉サラダ ★トマト オニオンスープ ヨーグルト	牛乳 ★みたらし団子	牛乳 ヨーグルト 豚肉	米 もち米 スパゲティ 油 砂糖 ごま油	玉葱 ブロッコリー トマト エルダ 水菜 パプリカ 舞茸 しめじ 人参 にんにく 干し椎茸 のり	コンソメ 醤油 酒 みりん 食塩 酢
12 26	木	★しらすごはん	白菜のうま煮 ゆかり和え じゃがいものみそ汁	牛乳 カルシウムトースト	牛乳 豚肉 しらす みそ チーズ	米 食パン じゃが芋 マヨネーズ 油 片栗粉	胡瓜 白菜 玉葱 人参 筍 干し椎茸 青のり	だし汁 醤油 食塩 酒
13 27	金	パン	鮭のコーンクリーム焼き グリーンサラダ ニラと人参のスープ	牛乳 そばろおにぎり	牛乳 鶏肉 鮭	米 パン じゃが芋 油 三温糖 砂糖	キャベツ もやし 玉ねぎ たら レモン クリームコーン缶 胡瓜 水菜 人参	だし汁 醤油 酢 酒 みりん 食塩 コンソメ
14 28	土	けんちんうどん	焼きウイナー 塩昆布和え	牛乳 おにぎり	牛乳 豚肉 ウイナー	干しうどん 米	胡瓜 大根 人参 キャベツ 葱 小松菜 塩昆布 椎茸	だし汁 醤油 みりん 食塩

※エネルギー570kcal たんぱく質21g 脂肪17.6g
を基準に献立を作成しています。

- ・ 幼児クラスのみ、誕生日会のケーキに豆乳クリームや果物等のトッピングをする事があります。
- ・ 都合により、献立や材料を一部変更する場合があります。・ 乳児は10時に牛乳を70cc飲んでいきます。

※当園で使用しているパンは、業者より納品された製品で「卵・乳・ハム・マヨネーズ」を含む製品を使用しています。又、「卵・乳」を含む製品と同じラインで製造されています。



令和8年2月の延長補食予定表❄

東部若葉保育園

日	曜日	補食内容
2 16	月	ひじきご飯 (ひじき 人参)
3 17	火	わかめごはん
4 18	水	チャーハン (豚肉 人参)
5 19	木	菜飯
6 20	金	そばろご飯 (豚肉 玉ねぎ)
9	月	塩昆布ご飯
10 24	火	ピラフ (ウィンナー 玉ねぎ)
25	水	ふりかけご飯
12 26	木	たけのこご飯 (たけのこ)
13 27	金	鮭ご飯 (鮭 ごま)

- エネルギー130kcalを基準に献立を作成しています。
- 都合により、献立内容を一部変更する場合があります。

2月 給食だより

R8.1.30 東部若葉保育園

暦の上では春が近づいていますが、まだまだ寒いこの頃です。2月は節分があります。節分には季節を分けるという意味があります。季節の変わり目には体調を崩しやすいので、気を付けるという意味もあります。毎日の食事では栄養のあるものを食べて寒さを乗り切りましょう。



恵方巻き 2026年の方角は【南南東】



節分の食べものの1つである恵方巻きは、恵方の方角を向き、最後まで無言で食べると願いが叶うと言われています(^_^)

恵方巻きに包まれている具にもそれぞれ意味があり、一部紹介します きゅうり(9の利点がある)かんぴょう(長寿)卵焼き(金運アップ)海老(長寿)など、それぞれ意味があります。

お家で恵方巻きを食べる際には、海苔に気を付けながら、よく噛んで食べてくださいね

園では、3日の給食には、大豆が入った混ぜご飯のおにっこご飯。おやつに、おにのパンツ(トラ柄)をイメージしたオムロールを提供します!



※1月~3月の献立表の★マークがついているメニューは、らいおん組のリクエストメニューになっています。

☆らいおん組リクエストメニューランキング☆

👑 1位 ウィンナーカレー

2位 みそラーメン・わかめご飯

3位 ハンバーグ・みたらし団子・おかか和え



らいおん組の子どもたちが食べたいメニューを紙に書き、調理室前のポストに入れてもらいました!今年もウィンナーカレーが第1位!2番人気は、みそラーメンとわかめご飯。この2つのメニューは毎年、根強い人気です😊

また、年に数回しか提供していない「炒り豆腐」をリクエストしてくれた子もいました!覚えていてくれたことがとてもうれしかったです。

自分が食べたいと思う料理が増え、選べる選択肢が広がることは、とても良いことです。

みんながリクエストしてくれたメニューをまんべんなく取り入れたので、どの日のメニューになるのか楽しみにしてくださいね♪