



# 2月 献立表



令和8年

浄光寺幼稚園

日	曜	献立名	あか	きいろ	みどり	その他
		昼食	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
2	月	【節分・立春】きのこの炊き込みご飯 味噌汁 いわしの煮つけ 切干大根サラダ ゼリー(グレープフルーツ味) 麦茶	油揚げ 味噌 いわしの煮付	米 砂糖 ごま油 グレープフルーツゼリーの素	しめじ えのき茸 まいたけ エリンギ 干しいたけ 白菜 わかめ 長ねぎ 昆布 切干大根 人参 小松菜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 穀物酢 麦茶
4	水	野菜パン コーンスープ 鶏肉の唐揚げ キャベツのマヨサラダ 麦茶	鶏肉	野菜パン 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ コーン しょうが キャベツ 人参 きゅうり	水 シチューフレーク こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶
10	火	玄米入りご飯 味噌汁 ちくわと厚揚げのうま煮 白菜の甘酢和え 麦茶	味噌 焼き竹輪 豚肉 厚揚げ	米 玄米 小切麴 ごま油 砂糖 片栗粉	干しいたけ 大根 しめじ 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース 白菜 きゅうり	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 麦茶
12	木	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 納豆和え 麦茶	味噌 鶏肉 納豆	米 塩こうじ	干しいたけ 切干大根 玉ねぎ わかめ 昆布 白菜 人参 小松菜	水 こいくちしょうゆ 麦茶
13	金	チャーハン ビーフンスープ キャベツとささみの中華サラダ ジョア 麦茶	豚肉 鶏卵 干しえび 鶏肉 ジョア	米 油 ごま油 ビーフン 砂糖 ごま	玉ねぎ ビーマン 人参 干しいたけ わかめ キャベツ 小松菜	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢 麦茶
16	月	【雨水】ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 なめたけ和え 麦茶	木綿豆腐 さば 味噌	米 砂糖	干しいたけ わかめ 長ねぎ 昆布 しょうが 白菜 人参 小松菜 なめ茸	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 麦茶
18	水	ご飯 キーマカレー もやしとコーンのサラダ 卵なしクッキー 麦茶	豚肉 豚レバー	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 コーン	水 カレールウ 塩 麦茶
20	金	肉野菜うどん さつま芋のごま和え オレンジ 麦茶	豚肉 油揚げ	うどん 砂糖 さつま芋 ごま	白菜 人参 昆布 長ねぎ グリンピース オレンジ	水 料理酒 みりん こいくちしょうゆ 麦茶
25	水	ご飯 味噌汁 かれいの磯辺焼き ほうれん草とコーンのソテー 麦茶	油揚げ 味噌 かれい	米 油	干しいたけ 白菜 長ねぎ 昆布 焼きのり ほうれん草 もやし コーン	水 万能つゆ みりん 料理酒 チキンスープの素 麦茶
27	金	スパゲティナポリタン コンソメスープ 花野菜のサラダ フルーチェ 麦茶	ウインナー 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 フルーチェ	玉ねぎ ビーマン 人参 コーン ブロッコリー カリフラワー キャベツ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 水 塩 穀物酢 麦茶

## ☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児					
目標量	432	15.1	12.5	100	1.2
平均量	397	14.8	11.6	144	1.2

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。