

2月のこんだて

令和8年

※赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)			
		午前(1・2歳児)			あか	きいろ	みどり			午前(1・2歳児)			あか	きいろ	みどり	
		午後(1~5歳児)			血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			午後(1~5歳児)			血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする	
2月	鬼さんカレー ツナごまきゅうり 春雨スープ フルーツサラダ	Feビスケット きな粉クリームサンド 牛乳	合ひき肉 ツナ缶 カットわかめ ヨーグルト アイス きな粉 牛乳	精白米 ルウ すりごま はるさめ パン バター	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶 粒コーン缶 GP.白菜 きゅうり 小ネギ 果物缶		16月	ハヤシライス ホウレン草ツナサラダ コンソメスープ フルーツ	Feビスケット ビスケット ●プリン 牛乳	豚肉 レバー ツナ缶 牛乳	精白米 じゃがいも デミグラスソース すりごま	玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 トマト GP ホウレン草 もやし 白菜 粒コーン缶 キャベツ フルーツ				
	3月	鬼さんカレー ツナごまきゅうり 春雨スープ フルーツサラダ	りんご 味噌おにぎり 牛乳	合ひき肉 レバー ツナ缶 スキムミルク わかめ 刻みのり	スパゲティ 精白米 すりごま	りんご 人参 玉ねぎ セロリ キュウリ マッシュルーム缶 トマト缶 レタス ほうれん草 フルーツ		17月	ごはん うじら豆腐 ピーマンじゃこきんぴら 冬瓜汁 フルーツ	りんご 揚げパン 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 しらす干し 鶏もも 油揚げ 牛乳 きな粉	精白米 すりごま ロールパン	りんご GP.人参 しいたけ ピーマン パプリカ 冬瓜 玉ねぎ えのきたけ フルーツ			
	4月	麦ご飯 鶏肉マーレド煮 切干大根炒め あおさ汁 フルーツ	Feウエハース ●キャロットケーキ 牛乳	鶏もも 油揚げ 絹ごし豆腐 あおさ ●鶏卵 牛乳	精白米 押麦 しらたき 小麦粉 バター	切干大根 人参 小ネギ フルーツ			18月	お誕生日ランチ キッズヤンニョムチキン ●もやしのカレー炒め 味噌汁 フルーツ	Feウエハース ●お誕生日ケーキ 牛乳 お誕生日会	鶏もも皮なし ●ベーコン ●鶏卵 牛乳	精白米 うずまき麵 ホットケーキミックス バター	トマト もやし 人参 ピーマン 小松菜 フルーツ		
	5月	ごはん 豚肉みそ焼肉 ほうれん草のツナ炒め 味噌汁 フルーツ	バナナ オートミールスナック 牛乳	豚肉 わかめ きな粉 ツナ缶 牛乳	精白米 オートミール マシュマロ コーンフレーク	バナナ ホウレン草 人参なめこ 小ネギ 玉ねぎ ピーマン レーズン フルーツ				19月	麦ご飯 ●魚天ぷら パイパイイチー ●沖縄風味噌汁 フルーツ	バナナ ●アガラサー 牛乳	白身魚 ●鶏卵 ツナ缶 沖縄豆腐 豚肉 ●カマホコ 牛乳	精白米 押麦 小麦粉	バナナ 青パパイヤ 人参 ニラ 大根 レタス 小ネギ フルーツ	
	6月	ごはん(のり佃煮) さばのかば焼き風 白菜中華炒め 味噌汁 フルーツ	みかん オレンジゼリー クッキー 牛乳 海苔の日	さば 豚肉 絹ごし豆腐 牛乳	精白米	みかん 白菜 人参 いんげん しめじ 小ネギ フルーツ					20月	●沖縄そば ハンサンスー ごまカボチャ フルーツ	みかん 栄養ふりかけお握り 牛乳	豚肉 ●カマホコ 刻み昆布 しらす干し 青のり 削り節	沖縄そば はるさめ いりごま 精白米	みかん 山東菜 小ネギ 人参 きゅうり かぼちゃ フルーツ
7月	焼きそば きゅうり甘酢和え すまし汁 フルーツ	Caせんべい ●くろ棒 牛乳	豚肉 しらす干し 牛乳	中華めん	玉ねぎ キャベツ ピーマン きゅうり ホウレン草 しめじ フルーツ	21月	鶏肉あんかけ丼 きゅうりのおかか和え 味噌汁 フルーツ					Caせんべい ●スナックパン 牛乳	鶏もも 刻みのり 削り節 わかめ 牛乳	精白米 じゃがいも ●パン	椎茸 玉ねぎ 人参 たけのこ いんげん きゅうり 粒コーン缶 フルーツ	
9月	もちきびご飯 鶏肉BBQソース 白菜ツナの炒め 南瓜ポタージュ フルーツ	Feビスケット 豆腐スコーン 牛乳	鶏もも ツナ缶 牛乳 生クリーム 絹豆腐 牛乳	精白米 もちきび バター ホットケーキミックス	ブロッコリー 白菜 人参 かぼちゃ 玉ねぎ フルーツ		22月	天皇誕生日								
10月	炊き込みご飯 白身魚カレームニエル 人参しりしり 味噌汁 フルーツ	りんご ヨーグルト ●ウエハース	豚肉 ひじき 白身魚 わかめ 牛乳	精白米	りんご 人参 ごぼう 椎茸 ニラ いんげん 玉ねぎ 大根 フルーツ			23月	もちきびご飯 豚肉ゴマ照り焼き じゃが芋そぼろ煮 味噌汁 フルーツ			バナナ ジャムサンド 牛乳	豚肉 鶏ひき肉 油揚げ 牛乳	精白米 もちきび 小麦粉 すりごま じゃがいも 食パン	バナナ 玉ねぎ 人参 GP 大根 フルーツ	
11月	建国記念日								24月	三色丼 ●鶏ささみサラダ 味噌汁 フルーツ		Feウエハース ●バナナマフィン 牛乳	牛ひき肉 豚ひき肉 鶏ささみ わかめ ●鶏卵 牛乳	精白米 ●マヨネーズ じゃがいも 小麦粉	人参 もやし ホウレン草 キャベツ トマト きゅうり 玉ねぎ バナナ フルーツ	
12月	ごはん(納豆) おでん もずくの酢の物 味噌汁 フルーツ	バナナ ●パレンタインクッキー 牛乳	ヒキワリ納豆 鶏もも 厚揚げ豆腐 ちくわ もずく ●卵黄 牛乳	精白米 小麦粉 バター	バナナ 大根 人参 トマト チンゲン菜 しめじ フルーツ					25月	ごはん 豚肉生姜焼き こんにやくソテー 味噌汁 フルーツ	りんご 大学芋 牛乳	豚肉 鶏ささみ 牛乳	精白米 糸こんにやく さつまいも すりごま	りんご 玉ねぎ ピーマン パプリカ 人参 小松菜 粒コーン缶 冬瓜 小ネギ フルーツ	
13月	お弁当会										26月	カレーパーティー ブロッコリーおかか和え すまし汁 フルーツ	みかん グレープゼリー せんべい 牛乳	鶏もも 削り節 牛乳	精白米 じゃがいも ルウ	みかん 人参 玉ねぎ GP ブロッコリー キャベツ 小ネギ フルーツ
14月	プルコギ丼 きゅうり和え 味噌汁 フルーツ	Caせんべい ●メロンパン 牛乳	豚肉 削り節 ツナ缶 牛乳	精白米 はるさめ すりごま	玉ねぎ 人参 ホウレン草 きゅうり 大根 小ネギ フルーツ	27月	お弁当会					Feビスケット ●ぼうろ 牛乳				

★材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています(●卵の表示)

★「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。★幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。