



2026年 2月 献立表



ゆたか幼稚園

日	曜	献立名	材料名	エネルギー/たんぱく質/脂質
2	月	ふりかけごはん/みそ汁 野菜コロッケ/ほうれん草サラダ もも缶	米,たまごふりかけ/キャベツ,油揚げ,みそ,だし/ 野菜コロッケ,油,ソース/ ほうれん草,コーン,にんじん,シーチキン,マヨネーズ/ もも	443 10.7 16.7 1.5
3	火	わかめごはん/いわしのつみれ汁 豚肉の西京焼き/大豆のひじきに オレンジ	米,炊き込みわかめ/ だいこん,いわしつみれ,こまつな,塩,しょうゆ,だし/ 豚肉,みそ,砂糖,酒,みりん/ だいず,ひじき,にんじん,さつま揚げ,しょうゆ,砂糖,だし/ オレンジ	346 15.3 10.3 1.7
4	水	やきそば/中華スープ ミニハッシュドポテト/ごぼうサラダ みかん缶/牛乳	焼きそばめん,キャベツ,にんじん,豚肉,油,ソース,お好みソース/ はくさい,卵,しょうゆ,塩,だし,ごま油/ハッシュドポテト,油/ ごぼう,にんじん,コーン,鶏肉,ごまドレッシング/ みかん/牛乳	400 14.6 15.7 1.3
5	木	ごはん/わかめスープ 麻婆春雨 / 揚げ餃子 パイ缶	米/豆腐,わかめ,かにかまぼこ,だし,ごま油,しょうゆ,塩/ 鶏ひき肉,はるさめ,たまねぎ,にんじん,だけのこ,チンゲンサイ, 片栗粉,ごま油,水,しょうゆ,砂糖,オイスターソース,だし/餃子,油/ パイナップル	392 11.3 9.8 1.4
6	金	カレーライス/福神漬/牛乳 カニクリームコロッケ コールスローサラダ/ゼリー	米,じゃがいも,にんじん,たまねぎ,鶏肉,グリーンピース, カレーフレーク,油/福神漬/牛乳 カニクリームコロッケ,油,ソース/ キャベツ,コーン,えだまめ,ハム,コールスロードレッシング/ ーロゼリー	560 17.1 21.6 2.0
10	火	ごはん/けんちん汁 ぶりの照り煮/かぼちゃサラダ パイ缶	米/だいこん,さといも,にんじん,油揚げ,しょうゆ,だし/ ぶり,しょうゆ,みりん/かぼちゃ,鶏肉,たまねぎ,マヨネーズ/ パイナップル	373 14.2 12.6 1.4
12	木	ごはん/野菜スープ デミハンバーグ/春雨サラダ ゼリー	米/じゃがいも,こまつな,コンソメ,塩/ ハンバーグ,ハヤシルウ,ソース,たまねぎ,水,油/ はるさめ,にんじん,きゅうり,コーン,ハム,しょうゆ,砂糖,酢,ごま油/ ーロゼリー	381 13.3 9.8 1.6
13	金	ミートソーススパゲッティ コンソメスープ/ハートコロッケ ミモザサラダ/オレンジ/牛乳	スパゲティ,ミートソース,ケチャップ/ もやし,こまつな,コンソメ,塩/ハートコロッケ,油,ソース/ ブロッコリー,ハム,にんじん,卵,サウザンドレッシング/ オレンジ/牛乳	431 16.3 16.1 1.7
16	月	ごま塩ごはん/たまごスープ 春巻/五目ビーフン パイ缶	米,ごま,塩/チンゲンサイ,卵,だし,ごま油,しょうゆ,塩/ 春巻き,油/ビーフン,鶏肉,たまねぎ,にんじん,にら,油,だし,塩/ パイナップル	349 9.0 9.1 1.5
17	火	わかめうどん/牛乳 ちくわの磯辺揚げ/いんげんサラダ バナナ	うどん,わかめ,なると,揚げ玉,しょうゆ,みりん,だし/牛乳/ ちくわ,小麦粉,片栗粉,あおりの油,しょうゆ/ いんげん,キャベツ,鶏肉,ごまドレッシング/ バナナ	382 14.3 11.4 2.1
18	水	ココア揚げパン/クリームシチュー オムレツ/ポテトサラダ ゼリー/牛乳	コッペパン,ココア,砂糖,油/ たまねぎ,コーン,ブロッコリー,鶏肉,シチューミックス/ オムレツ,ケチャップ/ じゃがいも,えだまめ,にんじん,ハム,マヨネーズ/ ーロゼリー/牛乳	504 16.2 21.6 1.8
19	木	ごはん/みそ汁 ささみフライ/れんこんカニカマ和え みかん缶	米/豆腐,こまつな,えのきたけ,みそ,だし/ ささみフライ,油,ソース/ キャベツ,れんこん,かにかまぼこ,ごまドレッシング/ みかん	348 11.8 10.7 1.7
20	金	ふりかけごはん/みそ汁 白身魚の菜種焼き/切干大根の煮物 オレンジ	米,おかかふりかけ/はくさい,油揚げ,みそ,だし/ たら,ほうれん草,錦糸玉子,塩,マヨネーズ/ 切干大根,にんじん,さつま揚げ,いんげん,砂糖,しょうゆ,みりん,だし オレンジ	351 14.8 9.9 1.7
24	火	二色丼/わかめスープ かぼちゃコロッケ/ブロッコリーサラダ パイ缶	米,錦糸玉子,鶏ひき肉,砂糖,しょうゆ,だし,酒/ たまねぎ,わかめ,だし,ごま油,しょうゆ,塩/ かぼちゃコロッケ,油,ソース/ブロッコリー,カリフラワー, にんじん,シーチキン,シーザードレッシング/ パイナップル	420 11.9 16.0 1.5
25	水	ごはん/中華スープ チンジャオロース/ナムル オレンジ	米/だいこん,卵,だし,ごま油,しょうゆ,塩,ごま/ 鶏肉,もやし,だけのこ,赤ピーマン,にんにく,しょうが, しょうゆ,ごま油,砂糖,片栗粉,オイスターソース/ キャベツ,こまつな,コーン,かにかまぼこ,しょうゆ,砂糖,酢,ごま油/ オレンジ	316 13.9 6.2 1.4
26	木	わかめごはん/みそ汁 唐揚げ/シルバーサラダ シュークリーム	米,炊き込みわかめ/ほうれん草,油揚げ,みそ,だし/ から揚げ,油/ はるさめ,にんじん,きゅうり,コーン,ハム,マヨネーズ/ ミニシュークリーム	400 12.9 15.1 1.7
27	金	バターロール/コンソメスープ えびフライ/マカロニサラダ ゼリー/牛乳	パン/こまつな,じゃがいも,コンソメ,塩/ えびフライ,油,ソース/ マカロニ,にんじん,きゅうり,たまねぎ,ハム,マヨネーズ/ ーロゼリー/牛乳	411 14.4 17.6 1.6