





令和8年2月分

予 定 献 立 表
(1・2歳児)

富士見市保育課

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	I値* [kcal]	蛋白質 [g]				
2	月	牛乳	ツナご飯、みそ汁 ハムカツ ブロッコリーサラダ	ハムとコーンの もちりパン 牛乳	牛乳、まぐろ缶、削り節、 ハム	こめ、薄力粉、パン粉、植 物油脂、マヨネーズ	にんじん、えのきたけ、キャベツ、ほ んしめじ、もやし、ブロッコリー、 きゅうり、スイートコーン	517	22.8				
3	火	スティック チーズ	 ご飯、みそ汁 鶏肉の照焼き 大豆入りひじきの炒め煮 りんご	いちごジャムサンド いわしおかき 牛乳	チーズ、豆腐、削り節、鶏 もも、油揚げ、だいず水煮 缶、かつお節、牛乳	こめ、砂糖、板こんにゃ く、植物油脂、食パン、塩 せんべい	こまつな、だいこん、ひじき、にんじ ん、りんご、いちごジャム	499	22.2				
		行事食：節分											
4	水	おこめリング	 なかよし 献立 ご飯、みそ汁 鮭の塩焼き キャベツと人参のお浸し オレンジ	味噌ポテト	削り節、さけ、かつお節	こめ、フライドポテト、植 物油脂、砂糖	はくさい、ほんしめじ、たまねぎ、 キャベツ、にんじん、オレンジ	444	16.4				
5	木	みかんジュース	お弁当の日 	黒糖ロール 野菜ジュース		食パン	みかん果実飲料、野菜ジュース	291	5.0				
6	金	バナナ	ご飯、みそ汁 照焼きハンバーグ 鉄骨サラダ	きな粉マカロニ 牛乳	わかめ、削り節、豚ひき 肉、鶏ひき肉、しらす干 し、きな粉、牛乳	こめ、パン粉、植物油脂、 砂糖、片栗粉、マヨネー ズ、マカロニ	バナナ、えのきたけ、にんじん、たま ねぎ、ひじき、だいこん、きゅうり、み かん缶	496	21.1				
7	土	牛乳	スパゲッティナポリタン デザートヨーグルト	ミニクリームパン 野菜ジュース	牛乳、ハム、デザートヨー グルト	スパゲッティ、植物油脂、 砂糖、クリームパン	トマト缶、たまねぎ、ほんしめじ、 ピーマン、野菜ジュース	429	13.3				
9	月	スティック チーズ	ご飯、みそ汁 鶏肉のピネガー煮 小松菜のしらす和え バナナ	ころころドーナツ 牛乳	チーズ、わかめ、削り節、 鶏もも、しらす干し、鶏 卵、牛乳	こめ、じゃがいも、砂糖、 薄力粉、バター、植物油 脂、粉糖	たまねぎ、しょうが、こまつな、にん じん、きゅうり、バナナ	496	30.9				
10	火	牛乳	ご飯、みそ汁 マーボー大根 中華和え	五平餅	牛乳、豆腐、削り節、豚ひ き肉、焼き竹輪、わかめ	こめ、植物油脂、砂糖、片 栗粉、もち米、ごま	はくさい、葉ねぎ、だいこん、たまね ぎ、にんじん、にんにく、しょうが、 きゅうり	509	16.9				
12	木	牛乳	食パン、コーンスープ 豆腐のミートローフ 三色サラダ オレンジ	たぬきうどん	牛乳、鶏もも、豚ひき肉、 豆腐、わかめ	食パン、パン粉、植物油 脂、うどん、砂糖、薄力粉	たまねぎ、スイートコーン、にんじ ん、レタス、きゅうり、オレンジ、根深 ねぎ	401	19.0				
13	金	いわしおかき	ご飯、みそ汁 かじきの香味ソース ポテトサラダ りんご	手作りかりんとう 牛乳	油揚げ、削り節、めかじ き、しらす干し、牛乳	塩せんべい、こめ、片栗 粉、砂糖、植物油脂、じゃ がいも、マヨネーズ、薄力 粉、ごま	だいこん、たまねぎ、根深ねぎ、にん にく、しょうが、きゅうり、にんじん、 スイートコーン、りんご	476	19.1				
14	土	牛乳	焼きそば バナナ	黒糖ロール 塩せんべい 野菜ジュース	牛乳、豚かたロース、あお のり	中華めん、植物油脂、食パ ン、塩せんべい	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャ ベツ、バナナ、野菜ジュース	417	11.0				
16	月	牛乳	ご飯、みそ汁 ブルコギ きゅうりスティック バナナ	肉まん 牛乳	牛乳、豆腐、わかめ、削り 節、豚かたロース	こめ、砂糖、植物油脂、春 雨、中華まんじゅう	根深ねぎ、にんにく、たまねぎ、にん じん、にら、きゅうり、バナナ	496	20.4				
17	火	バナナ	けんちんうどん 小松菜ともやしのごま酢和え オレンジ	お稲荷さん	まこんぶ、かつお節、豚か たロース、豆腐、油揚げ	うどん、植物油脂、さとい も、砂糖、ごま、こめ	バナナ、ごぼう、にんじん、だいこん、 根深ねぎ、こまつな、もやし、オレン ジ	298	10.0				
18	水	いわしおかき	ご飯、凍豆腐のスープ 鮭のちゃんちゃん焼き ブロッコリー	チーズドックミニ ウエハース	凍り豆腐、豚かたロース、 さけ	塩せんべい、こめ、春雨、 植物油脂、砂糖、マヨネー ズ	きくらげ、にんじん、根深ねぎ、はく さい、キャベツ、ぶなしめじ、ブロッ コリー	432	16.3				
19	木	牛乳	わかめご飯、みそ汁 チキンナゲット ナムル	デザートヨーグルト きらきらコーン	牛乳、乾燥わかめ、削り 節、鶏日き肉、豆腐、デ ザートヨーグルト	こめ、さつまいも、マヨ ネーズ、片栗粉、植物油 脂、砂糖	チンゲンサイ、根深ねぎ、ほうれん 草、もやし、きゅうり、にんじん	416	16.4				
20	金	スティック チーズ	ご飯、豚汁 かじきの蒲焼き じゃが芋のごま和え オレンジ	ぶどうゼリー 塩せんべい	チーズ、豚かたロース、削 り節、めかじき	こめ、植物油脂、片栗粉、 砂糖、じゃがいも、ごま、 ゼリー、塩せんべい	ごぼう、にんじん、だいこん、根深ね ぎ、こまつな、オレンジ	433	18.8				
21	土	牛乳	ミートソーススパゲッティ プレーンヨーグルト	ミニクロワッサン 野菜ジュース	牛乳、豚ひき肉、ヨーグル ト	スパゲッティ、植物油脂、 クロワッサン	たまねぎ、にんじん、にんにく、トマ ト缶、野菜ジュース	527	16.8				
24	火	いわしおかき	ご飯、みそ汁 豚レバーの甘辛揚げ 焼きビーフン	バナナ きらきらコーン のむヨーグルト	わかめ、削り節、豚肝臓、 豚かたロース、乳酸菌飲 料	塩せんべい、こめ、植物油 脂、砂糖、ビーフン	たまねぎ、にんじん、もやし、にら、バ ナナ	474	19.0				
25	水	牛乳	ご飯、のっぺい汁 かじきの味噌マヨ焼き 金平ごぼう バナナ	 リクエスト メニュー ゼリー いわしおかき	牛乳、豚かたロース、削り 節、めかじき	こめ、さといも、板こんに ゃく、植物油脂、片栗 粉、マヨネーズ、砂糖、塩 せんべい	だいこん、にんじん、ごぼう、根深ね ぎ、葉ねぎ、しょうが、さやいんげん、 バナナ	446	18.3				
26	木	おこめリング	味付ロール、キャベツのスープ 鶏肉のトマトソース 青のり入り粉ふきいも	わかめおにぎり たくあん	鶏もも、あおのり、乾燥わ かめ	ロールパン、片栗粉、植物 油脂、バター、じゃがい も、こめ	キャベツ、たまねぎ、生しいたけ、ト マト缶、にんにく、パセリ、たくあん 漬	373	13.6				
27	金	スティック チーズ	カレーうどん ツナモヤシマン りんご	ココア揚げパン 牛乳	チーズ、豚かたロース、削 り節、まぐろ缶、牛乳	うどん、じゃがいも、植物 油脂、片栗粉、砂糖、パ ターロール	たまねぎ、にんじん、ピーマン、もや し、りんご	447	17.6				
28	土	牛乳	ツナスパゲッティ デザートヨーグルト	スティックパン 野菜ジュース	牛乳、まぐろ缶、デザート ヨーグルト	スパゲッティ、植物油脂、 砂糖、コッペパン	トマト缶、たまねぎ、にんじん、グリ ンピース、野菜ジュース	382	12.3				
※2月4日(水)は、なかよし献立(アレルギー代替食のない日)です。 ※2月25日(水)の午後おやつは、第二保育所5歳児のリクエストメニューです。 ※離乳食の完了期は1・2歳児のメニューを軟飯で提供します。 ※都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。 ※麦茶は、献立表には記載してありません。								★初めて食べる食材については、アレルギー 症状の有無について事前にご家庭で確認を していただくようご協力をお願いします。		【月平均】塩分 1.8g		441	17.1