

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群別 - [kcal]	蛋白質 [g]
2	月	牛乳	ツナご飯、みそ汁 ハムカツ プロッコリーサラダ	ハムとコーンの もっちりパン 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, プロッコリー, 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, だいすき水煮缶, 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, ジャガイモ, 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 マー婆ー大根 中華和え	五平餅	牛乳, 豆腐, 削り節, 豚ひき肉, 烧き竹輪, 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, ジャガイモ, マヨネーズ, 薄力粉, ごま	だいこん, たまねぎ, 根深ねぎ, ににく, 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 プロッコリー	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, プロッコリー	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	ふどうゼリー 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, ジャガイモ, 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、のっつい汁 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, ジャガイモ, こめ	キャベツ, たまねぎ, 生しいたけ, トマト缶, ににく, パセリ, たくさん漬	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, ジャガイモ, 植物油脂, 片栗粉, 砂糖, バターロール	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