

2026年2月度 みどり野保育園メニュー

★はお楽しみメニュー

日	曜日	献立名	材 料				おやつ	
			赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるものの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	黄◇ 力や体温となるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	献立名	原材料
2	月	鶏肉のスタミナ焼 ナムル ごはん はるさめスープ フルーツ（パナナ）	鶏肉	にんにく きゅうり・大根・人参・にんにく しめじ・チングン葉 パナナ	砂糖・でん粉・油 砂糖・調合ごま油 米(国産) 緑豆春雨	醤油・本みりん 醤油・塩 中華だし・醤油・塩	かりんとう 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油・黒砂糖 ▲牛乳
3	火	鬼のドライカレー 水菜とキャベツのサラダ スープ フルーツ（パイン）	牛ひき肉・大豆たんぱく	玉ねぎ・人参・ビーマン・レーズン・赤パプリカ 水菜・キャベツ・フロッコリー 白菜・わかめ・緑豆もやし パイン（缶詰）	米(国産)・油 砂糖	ウスター・ソース・▲カレールワ 醤油・酢・本みりん チキンコンソメ	ふんわり鬼 まんじゅう 牛乳	小麦粉・上新粉・ ベーキングパウダー・砂糖・さつま芋 ▲牛乳
4	水	白身魚のあおさ焼 きんぴらごぼう 小松菜の納豆和え ごはん 味噌汁	ホキ 納豆 赤みそ・白みそ	あおさのり ごぼう・ビーマン 小松菜・人参・白菜 大根・わかめ・水菜	砂糖・小麦粉・油 つきこんにゃく・油・砂糖・白ごま 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	ミックス焼き 牛乳	お好み焼き粉・●卵・ さつま揚げ・青ねぎ・ チャバッ・人参・油・ お好み焼きソース・あ おさのり・かつお節 ▲牛乳
5	木	醤油ラーメン 焼さつま芋 厚揚げと白菜の煮浸し フルーツ（オレンジ）	豚肉・さつま揚げ 生揚げ	玉ねぎ・キャベツ・人参・青ねぎ 白菜・さやえんどう オレンジ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋 砂糖	醤油・中華だし・塩・オイスター・ソース 塩 醤油・本みりん・だし	わかめ おにぎり 牛乳	米(国産)・ わかめご飯の素 ▲牛乳
6	金	アジの甘辛煮 ジャーマンポテト カリフラワーサラダ ごはん 味噌汁	あじ ●/▲ベーコン	しょうが カリフラワー・人参・水菜 ほうれん草・緑豆もやし	でん粉・砂糖 じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	だし・醤油・本みりん・料理酒 塩 酢・塩 だし	黒糖きなこ くず餅 牛乳	でん粉・黒砂糖・ きな粉・砂糖・塩 ▲牛乳
7	土	三色丼 しらすと小松菜のあおさ和え 味噌汁	豚ひき肉 しらす 豆腐・赤みそ・白みそ	コーン・さやいんげん 小松菜・緑豆もやし・人参・あ おさのり 大根・まいたけ	米(国産)・砂糖・油	醤油・本みりん・塩・だし 醤油・本みりん・だし だし	コーン フレーク 牛乳	コーンフレーク ▲牛乳
9	月	豚肉と野菜の甘辛炒め がんもの煮物 さつま芋サラダ ごはん 味噌汁	豚肉 がんもどき 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・ごぼう・まいたけ・小松菜 さやいんげん・赤パプリカ 大根・青ねぎ	油・砂糖 黒こんにゃく・砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん 塩 だし	いりこと フルーツ 牛乳	食べるいりこ いよかん ▲牛乳
10	火	世界の料理（イタリア） チキンカチャトーラ イタリアンサラダ ロールパン スープ フルーツ（りんご）	鶏肉 ▲チーズ	玉ねぎ・人参・コーン・グリンピース・トマトピューレ ブロッコリー・コーン・レモン果汁 キャベツ・ほうれん草・わかめ りんご	小麦粉・油・じゃが芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 ▲ロールパン	塩・料理用白ワイン・トマトケチャップ・ウスター・ソース 酢・塩 チキンコンソメ	ゼッポリーニ 牛乳	小麦粉・でん粉・ ベーキングパウダー・塩・あおさのり・本みりん・油 ▲牛乳
12	木	郷土料理の日（福岡） がめ煮 ひじきサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ（パイン）	鶏肉 赤みそ・白みそ	ごぼう・れんこん・人参・干し いたけ・グリンピース ひじき・さやいんげん・キャベツ 小松菜・玉ねぎ パイン（缶詰）	黒こんにゃく・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	だし・醤油・料理酒・本みりん だし・醤油・本みりん だし	里芋のきなこ ポール 牛乳	里芋・小麦粉・き な粉・砂糖・塩 ▲牛乳
13	金	幼児お弁当日 千草焼 カリフラワーとキャベツのおかか和え 昆布の煮物 麦入りごはん 味噌汁	●卵・鶏ひき肉 かつお節 油揚げ 赤みそ・白みそ	人参・干しいたけ・さやえんどう カリフラワー・キャベツ だし昆布・人参 白菜・えのきだけ	砂糖・油 油・砂糖 米(国産)・押麦 じゃが芋	醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし だし・醤油・本みりん だし	かぼちゃ 蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・▲低脂肪乳・ かぼちゃ・油 ▲牛乳

＜注意事項＞

1) アレルギーについて

①卵を含む食品に●印を、乳を含む食品に▲印をつけています。

②そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

2) 0~2歳児は昼食に牛乳を飲みます。

3) 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

エネルギー	554 Kcal
蛋白質	20.1 g
脂質	17.3 g
カルシウム	249 mg

日	曜日	献立名	材 料				おやつ	
			赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他	献立名	原材料
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類		牛乳	星たべよ ▲牛乳
14	土	焼うどん さつま芋の甘煮 わかめスープ フルーツ（黄桃）	豚肉・かつお節	キャベツ・玉ねぎ・人参・緑豆 もやし・ピーマン わかめ・コーン・青ねぎ 黄桃（缶詰）	うどん・油・でん粉 さつま芋・砂糖	料理酒・中濃ソース・とんかつソース 中華だし・醤油・塩	せんべい	星たべよ ▲牛乳
16	月	鶏肉の照焼 ほうれん草サラダ 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 凍り豆腐	ほうれん草・コーン・人参 ごぼう・グリンピース 赤みそ・白みそ	砂糖 油・砂糖 黒こんにゃく・砂糖 米（国産） 青ねぎ・白菜・まいだけ	醤油・本みりん 醤油・酢 だし・醤油・本みりん 牛乳 だし	野菜パン ケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油・野菜＆果物ジュース ▲牛乳
17	火	赤魚の中華みそ煮 揚かほぢや いんげんの塩昆布和え 麦入りごはん 中華スープ	赤魚・テンメンジャン	しょうが かほぢや さやいんげん・人参・塩昆布 大根・えのきだけ・わかめ	でん粉・砂糖 油 米（国産）・押麦	醤油・本みりん・料理酒 塩 中華だし・醤油・塩	ミートマカロニ 牛乳	加工・豚ひき肉・玉ねぎ・にんにく・油・料理用ホイップ・小麦粉・トマトチャツブ・クリーミース・醤油・砂糖・塩 ▲牛乳
18	水	鶏肉と根菜の和風カレー ころころサラダ フルーツ（パイン）	鶏肉 大豆・●かに風味かまぼこ	大根・だし昆布・れんこん・人参・しめじ きゅうり パイン（缶詰）	米（国産）・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ（卵不使用）	▲カレールウ	いちご ミルクプリン 牛乳	デザートソースいちご・▲牛乳・砂糖・ゼラチン ▲牛乳
19	木	卵とうどん かぶときゅうりのさっぱり和え 蒸さつま芋 フルーツ（オレンジ）	ちくわ・●卵	白菜・小松菜・だし昆布 かぶ・きゅうり・人参 オレンジ	うどん 砂糖 さつま芋	だし・醤油・本みりん・塩 酢・醤油・本みりん 牛乳	そぼろ おにぎり 牛乳	米（国産）・鶏ひき肉・油・醤油・砂糖・本みりん・コーン・塩 ▲牛乳
20	金	白身魚のカレームニエル 粉ふき芋 キャベツのサラダ ごはん スープ	ホキ	あおさのり キャベツ・コーン・人参 玉ねぎ・ブロッコリー・しめじ	小麦粉・油 じゃが芋 砂糖・オリーブ油 米（国産）	塩・カレーパウダー 塩 酢・塩 チキンコンソメ	お麸のきなこ スナック 牛乳	おつゆ麸・▲マーチャリントン・きな粉・砂糖 ▲牛乳
21	土	和風あんかけ丼 平天と大根の煮物 味噌汁	豚肉 さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・干し いたけ・チンゲン菜 大根 水菜	米（国産）・油・砂糖・でん粉 砂糖 さつま芋	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	ピスケット 牛乳	▲マリービスケット ▲牛乳
24	火	フライドチキン 花野菜サラダ ワインナーと野菜のソテー ごはん スープ	鶏肉 ワインナー	しょうが・にんにく カリフラワー・ブロッコリー・ 人参・レモン果汁 玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・ コーン ほうれん草・緑豆もやし・しめじ	マヨネーズタイプ（卵不使用）・小麦粉・でん粉・油 砂糖・オリーブ油 油 米（国産）	醤油・料理酒 酢・塩・醤油 チキンコンソメ チキンコンソメ	マドレーヌ ジョア	小麦粉・ベーキングパウダー・●卵・砂糖・ ▲オイップルーム・いちご・ ▲ジョア（フレーン）
25	水	サワラの旨煮 焼じゃが 白菜の中華和え ごはん 味噌汁	さわら	しょうが 白菜・さやいんげん・人参 赤みそ・白みそ	砂糖 じゃが芋・油 調合ごま油 米（国産） なす・玉ねぎ・小松菜	ウスターソース・醤油・料理酒 塩 醤油・本みりん・中華だし 牛乳 だし	黒糖 ちんすこう 牛乳	小麦粉・油・黒砂糖・砂糖・塩 ▲牛乳
26	木	豆腐チャンブルー 切干大根の煮物 ごはん 中華スープ フルーツ（黄桃）	豚肉・豆腐・●卵 ちくわ	玉ねぎ・緑豆もやし・ピーマン・黄バジル・しょウガ 切干大根・人参・グリンピース キャベツ・チンゲン菜・干しい たけ 黄桃（缶詰）	油・砂糖・調合ごま油 油・砂糖 米（国産）	醤油・中華だし・料理酒・塩 だし・醤油・料理酒 中華だし・醤油・塩	きなこ おはぎ 牛乳	米（国産）・もち米・きな粉・砂糖・塩・ゆで小豆 ▲牛乳
27	金	チーズハンバーグ ツナスパゲティ 野菜サラダ 麦入りごはん スープ	牛豚ひき肉・豆腐・▲ミックスチーズ ツナフレーク	玉ねぎ・ドライバセリ 玉ねぎ ブロッコリー・人参・コーン・ レモン果汁 白菜・えのきだけ・わかめ	油・パン粉 スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 米（国産）・押麦	塩 チキンコンソメ 酢・塩・醤油 チキンコンソメ	ジャムサンド クラッカー 牛乳	クラッcker・いちごジャム ▲牛乳
28	土	きつねうどん 豚肉と野菜の味噌炒め フルーツ（バナナ）	油揚げ 豚肉・赤みそ	わかめ・青ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・人参・緑豆もやし・小 松菜・しょウガ バナナ	うどん・砂糖 油・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん	せんべい 牛乳	アンパンマンの ソフトせんべい ▲牛乳