



2月給食予定献立表



第2の我が家
フレンドランド

日曜	1歳～5歳児共通献立					1・2歳児	
	主食	汁物	主菜	副菜	午後おやつ	午前おやつ	
2月	ごはん	豆腐とわかめのみそ汁	焼魚（サバ）	五目たまご焼き	チンゲン菜のおかか和え	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
3火	鬼ヶチャップライス	白菜のスープ	金棒ハンバーグ	じゃこ大豆	ほうれん草といわし缶の和え物	蒸しパン麦茶	フルーツ牛乳
4水	ごはん	チンゲン菜と玉ねぎのみそ汁	ささみのチーズソテー	さつま芋と天かまの含煮	プロッコリーとコーンの味噌ドレ	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
5木	ごはん	じゃが芋と小揚のみそ汁	鮭のごま味噌焼き	和風麻婆豆腐	小松菜とベーコンのサラダ	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
6金	お弁当給食					おやつ牛乳	フルーツ牛乳
7土	ごはん	キャベツと人参のみそ汁	たらのムニエル	南瓜のソテー	春雨サラダ	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
9月	ごはん	小松菜と丸麩のみそ汁	煮魚（カレイ）	白菜とカニカマの中華煮	ピーマンとしらすのおかか炒め	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
10火	お弁当給食					おやつ牛乳	フルーツ牛乳
11水	建国記念の日						
12木	ごはん	キャベツと青ネギのみそ汁	鶏ひき肉となめ茸のごまつくね	大根と高野豆腐の含煮	チンゲン菜のソテー	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
13金	醤油ラーメン		とり天	きゅうりのおかか和え	チーズ・トマト	フルーツゼリー	フルーツ牛乳
14土	ごはん	大根と人参のみそ汁	豚肉の生姜焼き	さつま芋入り茶碗蒸し	小松菜のツナ和え	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
16月	お弁当給食					おやつ牛乳	フルーツ牛乳
17火	ごはん	白菜と小揚のみそ汁	鶏モモ肉の卵とじ	大豆の五目煮	ほうれん草のごま和え	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
18水	ごはん	豆腐と青ネギのみそ汁	鮭の焼き漬け	さつま芋のそぼろ煮	チンゲン菜のなめ茸和え	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
19木	ごはん	キャベツと丸麩のみそ汁	肉じゃが	小松菜と厚揚げのごま炒め	きゅうりとカニカマの酢の物	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
20金	ツナと人参の炊き込みご飯	ほうれん草とえのき茸の和風スープ	エビフライ・ポテト	プロッコリーとゆで卵のマヨ醤油和え	フルーツ	ケーキ リンゴジュース	フルーツ牛乳
21土	ごはん	チンゲン菜とわかめのみそ汁	煮魚（赤魚）	白菜と小揚の炒め煮	キャベツと人参の甘酢	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
23月	天皇誕生日						
24火	お弁当給食					おやつ牛乳	フルーツ牛乳
25水	ごはん	小松菜と人参のみそ汁	焼魚（ホッケ）	だし巻きたまご	ネバネバ納豆	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
26木	カレーライス	ほうれん草と卵のスープ	ヒレカツ	人参ときゅうりのラペ	フルーツ	おやつ牛乳	フルーツ牛乳
27金	煮込みうどん		大根となるとのかき揚げ	プロッコリーとひじきのフレンチサラダ	煮豆（白花豆）	シュガーパイ	フルーツ牛乳
28土	ごはん	キャベツと小揚のみそ汁	ミートボール	南瓜とちくわの含煮	人参グラッセ	おやつ牛乳	フルーツ牛乳



	熱量	たんぱく質	脂質
1～2歳児	498kcal	20.9g	16.6g

*お弁当給食のカロリーは含まれておりません



令和8年2月1日