



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	鬼ケチャップライス	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	ブ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	じゃが芋と小揚げのみそ汁	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	たらものムニエル	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	白菜と小揚げのみそ汁	鶏もも肉の卵とし	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	ブ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）	白菜と小揚げの炒め煮	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		大根となるものかき揚げ	ブロッコリーとひじきのフレンチサラダ	煮豆（白花生）	シュガーパイ	フルーツ牛乳
28	土	ごはん	キャベツと小揚げのみそ汁	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