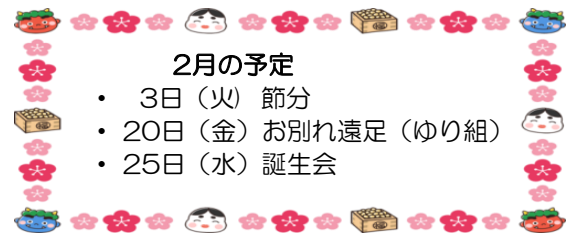


2026年 2月

## 3歳未満児献立表

甲南立正保育園



予定平均エネルギー量  
予定平均たんぱく質量  
予定平均カルシウム量  
予定平均塩分量

503kcal  
20.6 g  
270 g  
1.8 g

2月の予定

- ・ 3日（火）節分
- ・ 20日（金）お別れ遠足（ゆり組）
- ・ 25日（水）誕生会

日 曜日			献立	主食	おやつ	栄養価		炭水化物・脂肪 熱や力になる食品	たんぱく質 体を作る食品	無機質・ビタミン 体の調子をよくする食品
						エネルギー	たんぱく質			
2	16		凍り豆腐の煮物 ひじきのマリネ	ごはん	ヨーグルト せんべい	451	17.7	米 三温糖 オリー ブ油	牛乳 凍り豆腐 鶏 肉 卵 厚揚げ ヨーグルト	乾椎茸 人参 ほうれ ん草 ひじき きゅうり かぶ 大根 ごぼう 長葱 小松菜 バナナ
	月		けんちん汁 バナナ		麦茶	kcal	g			
3			<節分給食> 鬼棒バーグ 納豆サラダ	ごはん	マシュマロ おこし	633	24.6	米 パン粉 バター	牛乳 豚肉 豆腐 納豆 鰹節 つみ れ	玉ねぎ ひじき に ら もやし 人参 キャベツ しめじ ほ うれん草 みかん
	火		つみれ汁 みかん		牛乳	kcal	g			
	17		ポークケチャップ コールスローサラダ	ごはん	おにぎり	587	21.3	米 油 三温糖 オ リーブ油 ビーフン	牛乳 豚肉 ハム カニカマ ウイン ナー	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コー ン みかん
	火		ビーフンのスープ みかん		牛乳	kcal	g			
4	18		鯖の生姜焼き 豚肉とごぼうの甘辛煮	ごはん	きな粉サンド	601	25.8	米 こんにゃく 三 温糖 ごま油 食パ ン マーガリン	牛乳 鯖 豚肉 ベーコン きな粉	ごぼう 人参 もずく 玉ねぎ バナナ
	水		もずくスープ バナナ		牛乳	kcal	g			
5	19		キーマカレー パリパリサラダ	麦ごはん	ポパイ スパゲティー	460	19.7	米 大麦 油 スナッ ク麺 三温糖 ごま油 片栗粉 スパゲ ティー	牛乳 豚肉 卵 カ ニカマ ツナ	玉ねぎ 人参 トマト 缶 大根 キャベツ もやし きゅうり 小 松菜 みかん ほう れん草
	木		たまごスープ みかん		牛乳	kcal	g			
6			<さくら組リクエスト> 鶏肉の唐揚げ ポテト ゼリー	ごはん	せんべい	642	24.4	米 片栗粉 油 じゃが芋	牛乳 鶏肉	人参 きゅうり コーン みかん缶 桃缶 パイ ン缶
	金		ポテトサラダ コーンスープ		牛乳	kcal	g			
	20		ジャーマンオムレツ ブロッコリーのサラダ	ごはん	せんべい	464	16.4	米 じゃが芋 さつ ま芋 三温糖 ごま 油	牛乳 卵 ベーコン	玉ねぎ ブロッコリー コーン りんご 人参 もやし えのき パナ ナ
	金		コンソメスープ バナナ		牛乳	kcal	g			
7	21		鶏肉の生姜焼き 和風サラダ	ごはん	せんべい	367	14.7	米 オリーブ油 三 温糖	牛乳 鶏肉 ベーコ ン	生姜 レタス きゅう り 人参 玉ねぎ みかん
	土		レタススープ みかん		牛乳	kcal	g			
9	23		鶏肉の西京焼き 切干大根の煮物 バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい	456	20.2	米 三温糖	牛乳 鶏肉 竹輪 はんぺん ヨーグ ルト	切干大根 人参 玉 ねぎ ほうれん草 バナナ
	月		はんぺんのすまし汁		麦茶	kcal	g			
10	24		豚肉のさっぱり焼き フレンチサラダ	ごはん	ウインナーパン	535	22.4	米 三温糖 オリー ブ油 マカロニ 食 パン	牛乳 豚肉 ベーコ ン ウインナー	生姜 キャベツ きゅうり レタス 玉 ねぎ 人参 みかん
	火		マカロニのスープ みかん		牛乳	kcal	g			
11	25		鮭のグラタン わかめサラダ	ごはん	誕生会	462	20.7	米 油 オリーブ油 三温糖 じゃが芋	牛乳 鮭 生クリー ム チーズ 鶏肉	玉ねぎ しめじ レタ ス きゅうり わかめ 人参 バナナ
	水		ポテトスープ バナナ		牛乳	kcal	g			
12	26		かみなり豆腐 大根サラダ	麦ごはん	ババロア	547	19	米 大麦 天かす ごま油 オリーブ油 じゃが芋 バター 小麦粉	牛乳 豆腐 豚肉 ハム スキムミルク	人参 分葱 大根 きゅうり 玉ねぎ み かん
	木		ポークカレー みかん		牛乳	kcal	g			
13	27		鮭のカレーあんかけ 小松菜のツナ和え	ごはん	せんべい	471	22.7	米 じゃが芋 片栗 粉 三温糖 麩	牛乳 鮭 ツナ	人参 玉ねぎ 小松 菜 きゅうり コーン わかめ バナナ
	金		味噌汁 バナナ		牛乳	kcal	g			
14	28		シューマイ ブロッコリーの中華和え	ごはん	せんべい	468	18.4	米 片栗粉 三温 糖 ごま油 シュー マイ皮 中華麺	牛乳 豚肉 魚肉 ソーセージ なんと	玉ねぎ ブロッコ リー 人参 きゅうり もやし ほうれん草 みかん
	土		ラーメン みかん		牛乳	kcal	g			