

令和8年

2月分

3歳未満児献立表

かすみ台第一保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2月	主) パンズパン 汁) 中華風コンスープ 菜) 鮭フライ 副) ジャーマンポテト 副) ボイルサラダ	パンズパン/とうもろこし缶詰(クリーム)/かたくり粉/薄力粉/パン粉(乾燥)/サフラワー油/じゃがいも/水稲穀粒(精白米)/蒸し中華	牛乳900ml/たまご/鶏若鶏肉ひき肉/しろさけ/ベーコン/なると/豚ひき肉	ねぎ/玉葱/キャベツ/にんじん/あさつき/バナナ	麦茶 ◆塩おにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 494 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 2.6 g
	主) ドライカレー 汁) オニオンスープ 菜) 鰯のパン粉焼き 副) ゆでブロッコリー 副) 春雨サラダ	水稲穀粒(精白米)/三温糖/パン粉(乾燥)/普通はるさめ(乾)/ノンエッグマヨネーズ/サンドイッチ食パン/上白糖	牛乳900ml/豚ひき肉/まいわし/ロースハム/ホイップクリーム(植物性脂肪)	玉葱/にんじん/青ピーマン/トマト缶詰(ホール)/ブロッコリー/きゅうり/いちご	牛乳 ◆クリームサンド 果物(いちご) 牛乳	1杯分 - 498 kcal たんぱく質 24.5 g 脂 質 22.4 g 食塩相当量 2.4 g
4水	主) ご飯 汁) 味噌汁(キャベツ・人参) 菜) 鶏肉の唐揚げ 副) マカロニソテー 副) 華風きゅうり	水稲穀粒(精白米)/とうもろこし缶詰(ホル)/薄力粉/サフラワー油/マカロニ/三温糖/ごま油	牛乳900ml/豚ひき肉/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/あおのり/牛乳1L/たまご/なると	キャベツ/にんじん/ブロッコリー/もやし/きゅうり/あさつき/温州蜜柑(普通、生)	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(みかん) 牛乳	1杯分 - 583 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 1.8 g
	主) ご飯 汁) チキンスープ 菜) 麻婆豆腐 副) さつまいものバター煮 副) 白菜の刻みのりサラダ	水稲穀粒(精白米)/かたくり粉/ごま油/三温糖/さつまいも/上白糖/有塩バター/サラダ油/蒸しパン粉/黒砂糖	牛乳900ml/鶏小間/木綿豆腐/豚ひき肉/しらす干し(半乾燥品)/刻みのり	にんじん/えのきたけ/干し椎茸/玉葱/ねぎ/にんにく(りん茎)/しょうが/はくさい/りんご	牛乳 ◆黒糖蒸しパン 果物(りんご) 牛乳	1杯分 - 489 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.8 g
6金	主) ご飯 汁) 味噌汁(なめこ・豆腐) 菜) 鰯の照り焼き 副) 切干し大根の煮付け 副) ほうれん草と人参ごま和え	水稲穀粒(精白米)/三温糖/白ごま(いり)/さつまいも/有塩バター	牛乳1L/絹ごし豆腐/かたくちいわし(煮干し)/ぶり/鶏若鶏肉ひき肉/たまご	なめこ/しょうが/にんじん/切干しだいこん/ほうれんそう/バナナ	牛乳 ◆スイートポテト 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 507 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 1.7 g
	主) 牛乳パン 汁) 白菜とベーコンのスープ 菜) 鶏肉のオレンジ焼き 副) きゅうりのしらすあえ	牛乳パン/マーメレード(高糖度)/水稲穀粒(精白米)	牛乳1L/ベーコン/しらす干し(半乾燥品)/わかめご飯の素	はくさい/玉葱/にんにく(りん茎)/しょうが/きゅうり/キャベツ/バナナ	牛乳 ◆わかめおにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 442 kcal たんぱく質 14.2 g 脂 質 11.3 g 食塩相当量 2.0 g
9月	主) バターロール 汁) マカロニスープ 菜) モンデグー 副) マッシュポテト 副) イタリアンサラダ	ロールパン/ABCマカロニ/パン粉(乾燥)/じゃがいも/有塩バター/三温糖/サフラワー油/上白糖/いちごジャム(低糖度)	牛乳900ml/豚ひき肉/ロースハム/サラダチーズ/クリーム(植物性脂肪)/牛乳1L/豚、ゼラチン	玉葱/キャベツ/にんにく(りん茎)/トマト缶詰(ホール)/きゅうり/ブロッコリー/バナナ	麦茶 塩おにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 435 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 2.0 g
	主) ご飯 汁) わかめスープ 菜) 鶏肉の塩麹焼き 副) れんこんの炒め煮 副) キャベツのおかかあえ	水稲穀粒(精白米)/かたくり粉/大豆油/三温糖	牛乳900ml/豚ひき肉/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/かつお加工品(かつお節)/油揚げ	にんじん/玉葱/にんにく(りん茎)/トマト缶詰(ホール)/ねぎ/れんこん/キャベツ/りんご	麦茶 ◆きつねごはん 果物(りんご) 牛乳	1杯分 - 586 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 17.5 g 食塩相当量 1.8 g
12月	主) ご飯 汁) 味噌汁(玉葱・油揚げ) 菜) 焼鮭 副) かぼちゃの含煮 副) スパゲティサラダ	水稲穀粒(精白米)/三温糖/スパゲッティ/ノンエッグマヨネーズ/プレミックス粉(ホットケーキ用)/有塩バター	牛乳900ml/油揚げ/かたくちいわし(煮干し)/甘塩鮭/ロースハム/絹ごし豆腐/牛乳1L	玉葱/西洋かぼちゃ/きゅうり/にんじん/温州蜜柑(普通、生)	牛乳 ◆人参入りホットケーキ 果物(みかん) 牛乳	1杯分 - 471 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 14.9 g 食塩相当量 2.2 g
	主) ご飯 汁) すまし汁(はんぺん・葱) 菜) 鰯の西京焼き 副) 大根のそぼろ煮 副) ほうれん草にかまサラダ	水稲穀粒(精白米)/三温糖/上白糖/かたくり粉/白ごま(すり)/ノンエッグマヨネーズ/パイ皮/豆乳ロール	牛乳1L/はんぺん/鰹節(花かつお)/さわら/鶏若鶏肉ひき肉/かに風味かまぼこ/牛乳900ml	ねぎ/だいこん/グリーンピース(水煮缶詰)/ほうれんそう/バナナ	牛乳 豆乳ロール 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 556 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 19.9 g 食塩相当量 2.0 g
14土	主) ロールパン 汁) 野菜スープ 菜) 魚の味噌マヨネーズ焼き 副) さつまいもサラダ	コッペパン/さつまいも/ノンエッグマヨネーズ/水稲穀粒(精白米)	牛乳900ml/プロセスチーズ/ウィンナー/めかじき/牛乳1L/かつお加工品(かつお節)	玉葱/にんじん/キャベツ/きゅうり/バナナ	牛乳 ◆おかかおにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 495 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 2.5 g
	主) パンズパン 汁) 中華風コンスープ 菜) 鮭フライ 副) ジャーマンポテト 副) ボイルサラダ	パンズパン/とうもろこし缶詰(クリーム)/かたくり粉/薄力粉/パン粉(乾燥)/サフラワー油/じゃがいも/水稲穀粒(精白米)/蒸し中華	牛乳900ml/たまご/鶏若鶏肉ひき肉/しろさけ/ベーコン/なると/豚ひき肉	ねぎ/玉葱/キャベツ/にんじん/あさつき/バナナ	麦茶 ◆塩おにぎり 果物(バナナ) 牛乳	1杯分 - 494 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 2.6 g
17火	主) ドライカレー 汁) オニオンスープ 菜) 鰯のパン粉焼き 副) ゆでブロッコリー 副) 春雨サラダ	水稲穀粒(精白米)/三温糖/パン粉(乾燥)/普通はるさめ(乾)/ノンエッグマヨネーズ/サンドイッチ食パン/上白糖	牛乳900ml/豚ひき肉/まいわし/ロースハム/ホイップクリーム(植物性脂肪)	玉葱/にんじん/青ピーマン/トマト缶詰(ホール)/ブロッコリー/きゅうり/いちご	牛乳 ◆クリームサンド 果物(いちご) 牛乳	1杯分 - 498 kcal たんぱく質 24.5 g 脂 質 22.4 g 食塩相当量 2.4 g
	主) ご飯 汁) 味噌汁(キャベツ・人参) 菜) 鶏肉の唐揚げ 副) マカロニソテー 副) 華風きゅうり	水稲穀粒(精白米)/中華めん(ゆで)/とうもろこし缶詰(ホル)/薄力粉/サフラワー油/マカロニ/三温糖/ごま油	牛乳900ml/豚ひき肉/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/あおのり/牛乳1L/たまご/なると	キャベツ/にんじん/ブロッコリー/もやし/きゅうり/あさつき/温州蜜柑(普通、生)	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(みかん) 牛乳	1杯分 - 583 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 1.8 g
19木	主) ご飯 汁) チキンスープ 菜) 麻婆豆腐 副) さつまいものバター煮 副) 白菜の刻みのりサラダ	水稲穀粒(精白米)/かたくり粉/ごま油/三温糖/さつまいも/上白糖/有塩バター/サラダ油/蒸しパン粉/黒砂糖	牛乳900ml/鶏小間/木綿豆腐/豚ひき肉/しらす干し(半乾燥品)/刻みのり	にんじん/えのきたけ/干し椎茸/玉葱/ねぎ/にんにく(りん茎)/しょうが/はくさい/りんご	牛乳 ◆黒糖蒸しパン 果物(りんご) 牛乳	1杯分 - 489 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.8 g

令和8年

2月分

3歳未満児献立表

かすみ台第一保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄養価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
20 金	主) ご飯 汁) 味噌汁 (なめこ・豆腐) 菜) 鱈の照り焼き 副) 切干し大根の煮付け 副) ほうれん草と人参ごま和え	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／白ごま(いり) ／さつまいも／有塩バ ター	牛乳1L／絹ごし豆腐 ／かたくちいわし(煮 干し)／ぶり／鶏若鶏 肉ひき肉／たまご	なめこ／しょうが／に んじん／切干しだいこ ん／ほうれんそう／パ ナナ	牛乳 ◆スイートポテト 果物 (バナナ)  牛乳	エネルギー 507 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 1.7 g
21 土	主) 牛乳パン 汁) 白菜とベーコンのスープ 菜) 鶏肉のオレンジ焼き 副) きゅうりのしらすあえ	牛乳パン／マーマレード (高糖度)／水稲穀粒 (精白米)	牛乳1L／ベーコン／ しらす干し(半乾燥品) ／わかめご飯の素	はくさい／玉葱／にん にく(りん茎)／しょう が／きゅうり／キャベ ツ／バナナ	牛乳 ◆わかめおにぎり 果物 (バナナ)  牛乳	エネルギー 442 kcal たんぱく質 14.2 g 脂 質 11.3 g 食塩相当量 2.0 g
24 火	主) ご飯 汁) わかめスープ 菜) 鶏肉の塩麹焼き 副) れんこんの炒め煮 副) キャベツのおかかあえ	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉／サラダ油	牛乳900ml／豚ひき肉 ／湯通し塩蔵わかめ (塩抜き)／鶏若鶏肉モ モ(皮付き)／かつお加 工品(かつお節)	にんじん／玉葱／にん にく(りん茎)／トマト 缶詰(ホール)／ねぎ ／れんこん／キャベツ ／温州蜜柑(普通、生)	牛乳 豆乳ロール 果物 (みかん)  牛乳	エネルギー 488 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.7 g
25 水	主) バターロール 汁) マカロニスープ 菜) モンデギーリ 副) マッシュポテト 副) イタリアンサラダ	ロールパン／ABCマカ ロニ／パン粉(乾燥)／ じゃがいも／有塩バ ター／三温糖／サフラ ワー油／上白糖／いち ごジャム(低糖度)	牛乳900ml／豚ひき肉 ／ロースハム／サラダ チーズ／クリーム(植物性 脂肪)／牛乳1L／豚、 ゼラチン	玉葱／キャベツ／にん にく(りん茎)／トマト 缶詰(ホール)／きゅ うり／ブロッコリー／ バナナ	麦茶 ◆塩おにぎり 果物 (バナナ)  牛乳	エネルギー 435 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 2.0 g
26 木	主) ご飯 汁) 味噌汁 (玉葱・油揚げ) 菜) 焼鮭 副) かぼちゃの含煮 副) スパゲティサラダ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／スパゲティ／ ノンエッグマヨネーズ ／プレミックス粉(ホ ケキ用)／有塩バター	牛乳900ml／油揚げ／ かたくちいわし(煮干 し)／甘塩鮭／ロース ハム／絹ごし豆腐／牛 乳1L	玉葱／西洋かぼちゃ／ きゅうり／にんじん／ 温州蜜柑(普通、生)	牛乳 ◆人参入りホットケー キ果物 (みかん)  牛乳	エネルギー 471 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 14.9 g 食塩相当量 2.2 g
27 金	主) ご飯 汁) すまし汁(はんぺん・葱) 菜) 鰯の西京焼き 副) 大根のそぼろ煮 副) ほうれん草かにかまサラダ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／上白糖／かたく り粉／白ごま(すり) ／ノンエッグマヨネー ズ／パイ皮／豆乳ロー ル	牛乳1L／はんぺん／ 鰹節(花かつお)／さ わら／鶏若鶏肉ひき肉 ／かに風味かまぼこ ／牛乳900ml	ねぎ／だいこん／グリ ンピース(水煮缶詰)／ ほうれんそう／バナナ	牛乳 豆乳ロール2 果物 (バナナ)  牛乳	エネルギー 556 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 19.9 g 食塩相当量 2.0 g
28 土	主) ロールパン 汁) 野菜スープ 菜) 魚の味噌マヨネーズ焼き 副) さつまいもサラダ	コッペパン／さつまい も／ノンエッグマヨ ネーズ／水稲穀粒(精 白米)	牛乳900ml／プロセス チーズ／ウィンナー／ めかじき／牛乳1L／ かつお加工品(かつお 節)	玉葱／にんじん／キャ ベツ／きゅうり／パナ ナ	牛乳 ◆おかかおにぎり 果物 (バナナ)  牛乳	エネルギー 495 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 2.5 g
			月 平 均 栄 養 価	エネルギー 507 kcal 脂 質 18.2 g	タンパク質 20.6 g 食塩相当量 2.1 g	

※ うさぎ組は進級に向けて朝の牛乳が無くなり、給食は3歳以上児と同じになります。