

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)中華風コーンスープ 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(クーラー)/かたくり粉／薄力粉／パン粉(乾燥)／サフラワー油／じやがいも／水稻穀粒(精白米)／蒸し中	牛乳900ml／たまご／鶏若鶏肉ひき肉／しらすけ／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	エネルギー 494 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 16.2 g 食塩相当量 2.6 g
3 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	水稻穀粒(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／青ビーマン／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	エネルギー 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	水稻穀粒(精白米)／とうもろこし缶詰(ホール)／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／ブリックマツ／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	エネルギー 583 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 18.3 g 食塩相当量 1.8 g
5 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	水稻穀粒(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)／しようが／はくさい／りんご	牛乳 ◆黒糖蒸しパン 果物(りんご)	牛乳	エネルギー 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あえ	水稻穀粒(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／しようが／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	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
7 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)きゅりのしらすあえ	牛乳パン／マーマレード(高糖度)／水稻穀粒(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)／しようが／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
9 月	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)／じやがいも／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
10 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)キヤベツのおかかあえ	水稻穀粒(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	エネルギー 586 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 17.5 g 食塩相当量 1.8 g
12 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	水稻穀粒(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	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
13 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)ほうれん草にかまサラダ	水稻穀粒(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／鰯節(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	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
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／水稻穀粒(精白米)	牛乳900ml／プロセスチーズ／ウインナー／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	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
16 月	主)パンズパン 汁)中華風コーンスープ 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(クーラー)／かたくり粉／薄力粉／パン粉(乾燥)／サフラワー油／じやがいも／水稻穀粒(精白米)／蒸し中	牛乳900ml／たまご／鶏若鶏肉ひき肉／しらすけ／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	エネルギー 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	水稻穀粒(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／青ビーマン／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	エネルギー 498 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 22.4 g 食塩相当量 2.4 g
18 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	水稻穀粒(精白米)／中華めん(ゆで)／とうもろこし缶詰(ホール)／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／ブリックマツ／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	エネルギー 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	水稻穀粒(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)／しようが／はくさい／りんご	牛乳 ◆黒糖蒸しパン 果物(りんご)	牛乳	エネルギー 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)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あえ	水稻穀粒(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)	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	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
					牛乳		
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)／水稻穀粒(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)	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	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
					牛乳		
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	水稻穀粒(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)	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	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
					牛乳		
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マカラニ／パン粉(乾燥)／じやがいも／有塩バター／三温糖／サラダ油／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)	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	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
					牛乳		
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	水稻穀粒(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)	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	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
					牛乳		
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	水稻穀粒(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／鰯筋(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2 果物(バナナ)	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	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
					牛乳		
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／水稻穀粒(精白米)	牛乳900ml／プロセスチーズ／ウインナー／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)	エネルギー 507 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 19.0 g 食塩相当量 2.5 g	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
					牛乳		
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。