

2026年2月献立表

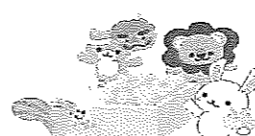
行田こども園
こどものみらい保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1食あたり)	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
02月	5分つきごはん、ねぎ塩炒め、大根とさつま揚げの煮物、白飯のごま和え、みそ汁	515.0(412.0) 21.9(17.5) 20.0(16.0) 1.4(1.1)	米(半つき米)、ホットケーキミックス、油、ごま油、砂糖	豚肉、木綿豆腐、オスキムミルク、さつま揚げ、ねぎ、油揚げ、みそ	キャベツ、人参、白菜、大根、白ねぎ、玉ねぎ、コーン、白ごま、レモン果汁	醤油、醤油、みりん、塩	スキムミルク、お菓子	きな粉蒸しパン、スキムミルク	
03火	5分つきごはん、大根と鶏肉のクリーム煮、小松菜のソテー、マカロニサラダ、コンソメスープ	490.7(392.6) 16.5(13.2) 22.6(18.1) 1.4(1.1)	Oじゃが芋、米(半つき米)、O油、マカロニ、油、マヨネーズ、砂糖	鶏肉、ベーコン、スキムミルク	玉ねぎ、大根、小松菜、人参、ブロッコリー、しめじ	コンソメ、醤油、醤油、コンソメ、塩、O塩、クリームシチュールー	スキムミルク、お菓子	コンソメポテト、麦茶	
04水	中華丼、厚揚げの中華煮、もやしナムル、春雨スープ	507.7(408.2) 17.4(13.9) 21.4(17.1) 1.4(1.1)	白米、O醤油、O砂糖、ごま油、O油、片栗粉、春雨、砂糖	鶏肉、厚揚げ、オスキムミルク	太もやし、玉ねぎ、白飯、人参、チンゲン菜、きゅうり、白ごま、椎茸、さくらげ	醤油、みりん、中華だし、みりん、醤油、塩、O塩	スキムミルク、お菓子	鶏チリ、スキムミルク	
05木	5分つきごはん、豆腐チキンナゲット、かぼちゃの甘辛炒め、ブロッコリーの甘酢和え、みそ汁	485.8(388.6) 18.1(14.5) 22.2(17.7) 1.4(1.1)	米(半つき米)、油、マヨネーズ、片栗粉、ごま油、砂糖、O砂糖、Oとうとう、O油	木綿豆腐、鶏肉、O豚肉、みそ、みそ	ブロッコリー、かぼちゃ、大根、玉ねぎ、Oきゅうり、人参、コーン、ねぎ、あさつき	醤油、ケチャップ、ソース、みりん、醤油、にんにく、しょうが、O醤油、塩、こしょう	スキムミルク、お菓子	肉みそうどん、ほうじ茶	か・あ・み 散歩
06金	チキンカレーライス、コーンスローサラダ、フルーツヨーグルト	485.6(388.5) 17.3(13.8) 13.3(10.6) 1.8(1.4)	白米、じゃが芋、砂糖、O砂糖、油、マヨネーズ	鶏肉、スキムミルク、Oゼラチン	Oぶどうジュース、玉ねぎ、パプリカ、人参、キャベツ、みかん缶	カレールー、ケチャップ、ソース、塩	スキムミルク、お菓子	ぶどうゼリー、麦茶	
09月	5分つきごはん、豚肉のすき焼き風煮、高野豆腐の揚げ、小松菜のおかか和え、ずまし汁	515.5(412.4) 20.7(16.5) 16.8(13.5) 1.1(0.9)	米(半つき米)、Oわらび餅粉、O砂糖、油、O煎炒粉、砂糖	豚肉、厚揚げ、卵、Oスキムミルク、高野豆腐、かつお節、きな粉	小松菜、玉ねぎ、しらたき、パプリカ、人参、キャベツ、みかん缶	みりん、醤油、醤油、塩	スキムミルク、お菓子	わらびもち、スキムミルク	
10火	5分つきごはん、けんちょう煮、さつま芋の甘煮、はすのさんばい餅、みそ汁	481.9(385.5) 15.6(12.5) 12.7(10.1) 1.5(1.2)	米(半つき米)、O中華麺、さつま芋、砂糖、塩、O油、みそ	木綿豆腐、鶏肉、油揚げ、みそ	大根、れんこん、O太もやし、O玉ねぎ、玉ねぎ、人参、夜ごんにゃく、チンゲン菜、Oキャベツ、Oあおさ	醤油、みりん、Oソース、酢、塩、O中華だし	スキムミルク、お菓子	けんちょう煮、麦茶	
11水	【山口県 郷土料理】								
12木	建国記念日								
13金	5分つきごはん、豚肉と春雨の中華煮、もやしとごぼう炒め、ブロッコリー中華和え、中華スープ	501.3(401.0) 16.4(13.1) 19.8(15.9) 1.4(1.1)	米(半つき米)、O上新粉、ごま油、春雨、Oごま油、片栗粉、砂糖	豚肉、卵	太もやし、玉ねぎ、白飯、人参、ブロッコリー、O切干大根、O大根、ピーマン、コーン、ねぎ、にら、白ごま	醤油、みりん、O醤油、中華だし、O酢、酢、醤油、塩	スキムミルク、お菓子	大根もち、ほうじ茶	
16月	5分つきごはん、豚肉のトマト煮、小松菜のソテー、キャベツとチーズのサラダ、コンソメスープ	535.3(428.2) 18.5(14.8) 18.7(15.0) 1.4(1.1)	米(半つき米)、Oホットケーキミックス、O砂糖、油、Oマーガリン、マカロニ、砂糖	豚肉、O卵、Oスキムミルク、プロセスチーズ	小松菜、玉ねぎ、Oパプリカ、ホールトマト、トマト、キャベツ、人参、大根、しめじ、コーン	ケチャップ、酢、コンソメ、醤油、醤油、塩	スキムミルク、お菓子	バナナココアケーキ、スキムミルク	
17火	5分つきごはん、サワラの塩田揚げ、ひじきの煮物、ほうれん草の白和え、豚汁	558.9(447.1) 23.7(19.0) 26.4(21.1) 1.4(1.1)	米(半つき米)、O小麦粉、油、片栗粉、ごま油、O砂糖、Oマヨネーズ、砂糖、O油	サワラ、木綿豆腐、豚肉、油揚げ、Oとろけるチーズ、みそ、大豆、Oベーコン	人参、O玉ねぎ、ほうれん草、大根、ささきごぼう、いんげん、ひじき、白ごま	醤油、Oケチャップ、みりん、Oドライイースト、Oパザル、O醤油、Oにんにく、にんにく、しょうが、O塩	スキムミルク、お菓子	ひとくちピザ、麦茶	
18水	5分つきごはん、豚肉のしょうが焼き、人参しりしり、大根の和風マヨサラダ、ずまし汁	557.9(446.3) 22.6(18.1) 18.8(15.0) 1.4(1.1)	米(半つき米)、食パン、砂糖、シロップ、油、O砂糖、マーガリン、ごま油、マヨネーズ	豚肉、卵、木綿豆腐、スキムミルク、Oスキムミルク、さつま揚げ	玉ねぎ、大根、太もやし、人参、ピーマン、白ごま	醤油、みりん、しょうが、塩	スキムミルク、お菓子	フレンチトースト、抹茶ミルクティー	

2026年2月献立表

行田こども園
こどものみらい保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1食あたり)	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
19木	きつねうどん、鶏肉の南蛮揚げ、ブロッコリーの和え物	481.6(385.3) 22.1(17.6) 21.0(16.8) 1.5(1.2)	うどん、O白米、油、砂糖、ごま油、片栗粉、Oごま油	鶏肉、油揚げ	玉ねぎ、ブロッコリー、人参、コーン、青ねぎ、O白ごま、あさつき、椎茸、Oわかめ	みりん、醤油、醤油、酢、O塩、塩	スキムミルク、お菓子	わかめおにぎり、麦茶	
20金	太巻、塩に魚焼、じゃがいもの塩揚げるバター、かぶの甘酢揚げ、けんちん汁	463.8(371.0) 18.5(14.8) 16.0(12.8) 1.4(1.2)	白米、じゃが芋、O砂糖、ごま油、片栗粉、バター、ごま油	鶏肉、鶏肉、卵、Oスキムミルク、木綿豆腐、スキムミルク、おから	Oみかん缶、かぶ、人参、大根、玉ねぎ、きゅうり、横ごんにゃく、ねぎ、O寒天、ひじき、のり、塩麹、椎茸	酢、醤油、みりん、塩、白ごま	スキムミルク、お菓子	みかん寒天、スキムミルク	
23月	天皇誕生日								
24火	5分つきごはん、餅、じゃが芋の中華煮、切干大根中華サラダ、中華スープ	484.1(387.2) 13.4(10.7) 20.8(16.7) 1.3(1.0)	米(半つき米)、O小麦粉、ごま油、O砂糖、油、Oごま油、片栗粉、砂糖、じゃが芋	鶏肉、Oスキムミルク、厚揚げ	玉ねぎ、O人参、人参、小松菜、Oにら、きゅうり、ピーマン、コーン、切干大根、いんげん、白ごま	醤油、酢、みりん、O酢、O醤油、中華だし、ケチャップ、醤油、塩	スキムミルク、お菓子	チヂミ、ほうじ茶	
25水	ほうれん草と香のこのドリア、キャベツのソテー、人参のマリネ、マカロニスープ	571.8(457.3) 17.1(13.7) 21.7(17.4) 1.5(1.2)	白米、O小麦粉、油、O砂糖、O油、米粉、マカロニ、マーガリン、砂糖、片栗粉	鶏肉、Oスキムミルク、とろけるチーズ、ツナ、スキムミルク	玉ねぎ、人参、太もやし、キャベツ、ほうれん草、しめじ	コンソメ、酢、醤油、醤油、O醤油、中華だし、ケチャップ、間、O塩	スキムミルク、お菓子	アイスボックスクッキー、ココアミルク	
26木	5分つきごはん、チキンカツ、なすのそぼろ炒め、大根サラダ、みそ汁	547.0(437.6) 24.7(19.8) 21.4(17.1) 1.4(1.1)	米(半つき米)、O小麦粉、パン粉、油、小豆粉、O揚げ油、ごま油、O油、砂糖、塩	鶏肉、木綿豆腐、鶏肉、ツナ、みそ	なす、大根、Oキャベツ、O人参、Oねぎ、ねぎ	Oソース、醤油、ソース、酢、みりん、塩、しょうが	スキムミルク、お菓子	お好み焼き、麦茶	う・き・ぞ 散歩
27金	5分つきごはん、サバの味噌煮、大根のそぼろ煮、長ネギ納豆、ずまし汁	514.5(411.6) 27.4(21.9) 14.3(11.4) 1.3(1.1)	米(半つき米)、Oマカロニ、O砂糖、砂糖、塩、片栗粉	サバ、納豆、Oスキムミルク、Oきな粉、豚肉、みそ、スキムミルク	大根、玉ねぎ、白ねぎ、人参、えのき、いんげん	みりん、醤油、めんつゆ、しょうが、塩、O塩	スキムミルク、お菓子	あべがわマカロニ、スキムミルク	



今月の郷土料理は山口県です！

【けんちょう】
「けんてん」「けんちょう煮」とも呼ばれています。大根・人参・豆腐を煮たシンプルな料理で、地域や家庭によって鶏肉・油揚げ・椎茸などの具材を入れることもあります。大鍋にたくさん作ることが多く、何日も煮返して食べるそうです。少し濃いめの甘い味付けがご飯によく合います。

【はすのさんばい】
岩国市の郷土料理で、れんこんと人参などを合わせ酢と和えたものです。その由来は、「三杯酢」からきた説と、中国・四国地方で「田の神様」を「さんばい」と呼んでいたことに関係しているとの説があります。

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。
※今月の地元野菜は『大根』『ねぎ』などになります。
※卵・豚・鶏・牛を使用しているものは赤色で記載しています。

