



2026年02月

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄養価
		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		
02 ～ 月 ～	ハヤシライス シルバーサラダ スープ(えだまめ・小ねぎ) 麦茶	米、はるさめ、マヨネース、砂糖、油	牛乳、豚こま、ハム	たまねぎ、にんじん、えだまめ(冷凍)、きゅうり、キャベツ、マッシュルーム、万能ねぎ	せんべい 牛乳100 ☆フライドポテト 牛乳130	エネルギー 604 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 23.1 g カルシウム 191 mg
03 ～ 火 ～	かきたまうどん 大豆と小魚の甘辛和え みかん 麦茶	米、干しうどん、砂糖、油、片栗粉、マヨネース	大豆水煮缶詰、卵、いわし(田作り)、きまぼこ(赤)、冷凍かにフレーク、ツナ水煮缶、白ごま	みかん、にんじん、ねぎ、きゅうり、干しあじたけ、焼きのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩	エネルギー 563 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 14.2 g カルシウム 360 mg
04 ～ 水 ～	ご飯 麦茶 かじきのみそマヨネーズ焼 中華風納豆和え 相性汁	米、さつまいも、しらたき、砂糖、マヨネーズ、ごま油	牛乳、かじき、納豆、米みそ(淡色辛みそ)、ベーコン、しらす干し、卵(黄)、かつお節	りんご、もやし、にんじん、たまねぎ、チングンサイ、カツトわかめ	ウエハース 牛乳100 ☆アップルパイ 牛乳130	エネルギー 673 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 28.1 g カルシウム 235 mg
05 ～ 木 ～	ご飯 麦茶 すり身揚げ(富山県) 青菜ともやしのおかかチーズ 郷土料理 ～富山県～	米、マカロニ、マヨネーズ、片栗粉、玄米、油、砂糖	牛乳、たら、卵、カットチーズ4mm角、かつお節	もやし、にんじん、こまつな、たまねぎ、ホールコーン(レトルト)、なめこ、ピーマン、みずな、しょうが、あおのり	ビスケット 牛乳100 ☆お好みマカロニ 牛乳130	エネルギー 542 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 19.1 g カルシウム 243 mg
06 ～ 金 ～	ご飯 麦茶 すき焼き風煮物 和風ボテトサラダ みそ汁(油揚げ・わかめ)	米、じゃがいも、生中華めん、しらたき、マヨネーズ、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、焼き豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、きまぼこ(赤)、カットチーズ4mm角、油揚げ、なると、かつお節	はくさい、ねぎ、コーン缶、きゅうり、にんじん、えのきたけ、たまねぎ、カツトわかめ、あおのり	コーンフレーク 牛乳100 ☆おやつラーメン 牛乳130	エネルギー 553 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 17.2 g カルシウム 283 mg
07 ～ 土 ～	けんちんうどん 鶏肉のさっぱり煮 ヨーグルト 麦茶	干しうどん、スティックパン(プレーン)	ダノンヨーグルト(バニラ味)、鶏もも肉、凍り豆腐	たいこん、にんじん、ねぎ、干しあじたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酢、酒、食塩	エネルギー 393 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 5.0 g カルシウム 130 mg
09 ～ 月 ～	ご飯 麦茶 五目たまご焼き 大根とひじきの和え物 どさんこ汁	米、食パン(8枚切)、じゃがいも、しらたき、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、卵、こしあん、木綿豆腐、豚こま、米みそ(淡色辛みそ)、かにかまぼこ、しらす干し、スキムミルク、パター	にんじん、こまつな、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、ホールコーン(レトルト)、ねぎ、切り干し大いこん、ひじき	みかん缶 牛乳100 ☆こしあんサンド 牛乳130	エネルギー 621 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 20.0 g カルシウム 303 mg
10 ～ 火 ～	ご飯 麦茶 塩マー婆ー豆腐 野菜のゴマ和え かき玉スープ	米、焼ふ、グラニュー糖、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、押し豆腐、卵、バター、豚ひき肉、かまぼこ(赤)、白ごま	たまねぎ、もやし、こまつな、キャベツ、にんじん、ねぎ、にら、しあじたけ、干しあじたけ、にんにく、しょうが	クラッカー 牛乳100 ☆お麩のラスク 牛乳130	エネルギー 510 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 22.2 g カルシウム 274 mg
11 ～ 水 ～	建国記念日					
12 ～ 木 ～	食パン(0・1歳・卵除去) 野菜ジュース100 チーズハンバーガー 麦茶 野菜チャウダー フライドポテト	バーガーパン、パン粉、油、片栗粉、食パン(8枚切)、マヨネーズ、ホットケーキ粉	牛乳、豚ひき肉、ホイップクリーム、サライスチーズ、ベーコン、コンデンスマilk	野菜ジュース、たまねぎ、キャベツ、みかん缶、ホールコーン(レトルト)、ブロッコリー、にんじん	せんべい 牛乳100 おたのしみ 牛乳130	エネルギー 682 kcal たんぱく質 27.6 g 脂 質 27.0 g カルシウム 284 mg
13 ～ 金 ～	ご飯 麦茶 ツナナゲット しらたきの中華風和え物 みそ汁(なめこ・ねぎ)	米、しらたき、ホットケーキ粉、片栗粉、砂糖、パン粉、油、ごま油	牛乳、絞り豆腐、ラクッチャックT2K、米みそ(淡色辛みそ)、かにかまぼこ、卵、バター	ねぎ、もやし、たまねぎ、きゅうり、なめこ、ホールコーン(レトルト)、にんじん、にんにく、しょうが	クッキー 牛乳100 ☆ココア蒸しケーキ 牛乳130	エネルギー 558 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.8 g カルシウム 279 mg
14 ～ 土 ～	ミートスパゲティー ころころスープ みかん 麦茶	スパゲティー、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	豚ひき肉、粉チーズ	みかん、ホールマト缶詰、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、コーン缶	クッキー 牛乳100 せんべい ふがし 麦茶	エネルギー 418 kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 8.9 g カルシウム 65 mg

献立の平均栄養価 3歳以上児

エネルギー550Kcal 蛋白質 22.3g

脂質 18.8g

カルシウム 224mg 鉄分 2mg

☆ は手作りのおやつです。3歳未満児

エネルギー489Kcal 蛋白質 19.8g

脂質 18.0g

カルシウム 275mg 鉄分 2mg

※ 材料の都合で、献立が変更になることがあります。



星ヶ丘二葉園
第二ふたば園

2026年02月

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄養価	
		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			
16	ご飯 麦茶 信田煮 月 さつまいものコロコロサラダ ～ みそ汁(もやし・わかめ)	米、蒸し中華麺、さつまいも、マヨネーズ、砂糖、ごま油、玄米	牛乳、鶏ひき肉、油揚げ、豚こま、米みそ(淡色辛みそ)	もやし、にんじん、ホールコーン(レトルト)、きゅうり、ねぎ、にら、ごぼう、しょうが、干しいたけ、にんにく、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩、鶏がら、こしょう	コーンフレーク 牛乳100 ☆塩焼きそば 牛乳130	エネルギー 601 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 24.0 g カルシウム 258 mg	
17	ご飯 麦茶 ～ 豆腐とれんこんのハンバーグ 火 大根のゴマ味噌サラダ(コーン) ～ すまし汁(里芋・万能ねぎ)	米、小麦粉、さといも、砂糖、マヨネーズ、パン粉、片栗粉、ごま油	牛乳、絞り豆腐、卵、カットチーズ4mm角、バター、白ごま、米みそ(赤色辛みそ)、ツナ水煮缶	れんこん、たまねぎ、バナナ、ホールコーン(レトルト)、にんじん、きゅうり、万能ねぎ、だいこん	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、中濃ソース、食塩、本みりん、ナツメグ、こしょう	ウエハース 牛乳100 ☆バナナスコーン 牛乳130	エネルギー 511 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 19.2 g カルシウム 288 mg	
18	ご飯 麦茶 ～ 鶏肉のマーマレード煮 水 スpagetiサラダ ～ スープ(えだまめ・高野豆腐)	米、スパゲティー、マヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、凍り豆腐	もも缶、えだまめ(冷凍)、マーマレード、きゅうり、にんじん、ホールコーン(レトルト)	しょうゆ、酒、鶏がら、食塩、しょうゆ(うすくち)、酢、こしょう	あられ 牛乳100 ☆みかんヨーグルト 麦茶	エネルギー 511 kcal たんぱく質 30.8 g 脂 質 13.3 g カルシウム 155 mg	
19	わかめご飯 B)ヤンニヨムチキン ～ コーンスープ B)春雨サラダ 木 A)から揚げ甘辛たれ 麦茶 ～ A)納豆和え お店屋さんごっこ	米、ロールパン、片栗粉、油、はるさめ、砂糖、ごま油、マヨネーズ、はちみつ、食パン(8枚切)	鶏もも肉、納豆、生クリーム、冷凍かにフレーク、粉チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、白ごま、かつお節、卵	こまつな、にんじん、もやし、たまねぎ、クリームコーン缶、きゅうり、いちごジャム、しょうが、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、酢、酒、鶏がら、食塩、本みりん、ベセリ粉、こしょう	クラッカー 牛乳100 ☆ロールパンサンド屋さん 牛乳130	エネルギー 638 kcal たんぱく質 29.0 g 脂 質 26.2 g カルシウム 190 mg	
20	ご飯 麦茶 ～ シーフードカレー 金 豆腐サラダ ～ みかん	米、じやがいも、ワントンの皮、ごま油、砂糖	牛乳、押し豆腐、むきえびひし、いか、豚ひき肉、冷凍かにフレーク	みかん、たまねぎ、にんじん、キャベツ、チングンサイ、きゅうり、ホールコーン(レトルト)	カレールウ、しょうゆ(うすくち)、鶏がら、酢、食塩、こしょう	ビスケット 牛乳100 ☆ワンタンスープ 牛乳130	エネルギー 492 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 14.8 g カルシウム 247 mg	
21	親子丼 ～ みそ汁(長ねぎ・高野豆腐) 土 ヨーグルト ～ 麦茶	米、星つこ、砂糖	ダノンヨーグルト(バニラ味)、卵、鶏むね肉、凍り豆腐	もやし、たまねぎ、焼きのり	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、食塩	ウエハース 牛乳100 ビスケット 星つこ 麦茶	エネルギー 498 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 12.0 g カルシウム 168 mg	
23	天皇誕生日							
24	ご飯 麦茶 ～ 豚肉のトマト煮 火 うのはなサラダ ～ スープ(油揚げ・えだまめ)	米、砂糖、マヨネーズ、玄米、油	牛乳、豚こま、おから、ツナ油漬缶、油揚げ	ホールトマト缶詰、りんご天然果汁、たまねぎ、にんじん、キャベツ、みかん缶、ホールコーン(レトルト)、きゅうり、えだまめ(冷凍)、イナアガー、にんにく	コンソメ、ケチャップ、中濃ソース、食塩、カレー粉、こしょう	クラッcker 牛乳100 ☆フルーツゼリー 牛乳130	エネルギー 462 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 19.0 g カルシウム 254 mg	
25	肉みそ麺 ～ じゃが芋きんぴら 水 すまし汁(かまぼこ・わかめ) ～ 麦茶	焼きそばめん、じゃがいも、米、五穀、砂糖、ごま油、片栗粉、油	豚ひき肉、かまぼこ(赤)、さけフレーク、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、白ごま、かつお節	にんじん、ホールコーン(レトルト)、ねぎ、ビーマン、にんにく、しょうが、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、中華だしの素、本みりん、食塩、こしょう	せんべい 牛乳100 ☆五穀鮎ごはん 麦茶	エネルギー 489 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 12.8 g カルシウム 58 mg	
26	スペニッシュライス(飲み込みご飯) ～ セビーチェ(魚介のマリネ) 世界のごちそう 木 シバデリホーレス(豆のボタージュ) ～ 麦茶	世界のごちそう 給食世界一周 ～メキシコ～	米、砂糖、オリーブ油	牛乳、ウインナー、レンズまめ(乾)、豚ひき肉、ツナ水煮缶、かにかまぼこ、バター、カットチーズ4mm角	トマト、たまねぎ、ホールトマト缶詰、きゅうり、ホールコーン(レトルト)、ヤングコーン、ねぎ、にんにく、しょうが、マッシュルーム缶	ケチャップ、コンソメ、酢、しょうゆ、食塩、中濃ソース、カレー粉、ベセリ粉、バジル粉、ナツメグ、こしょう	ボーロ 牛乳100 ☆タコミートバイ 牛乳130	エネルギー 603 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 27.1 g カルシウム 219 mg
27	ご飯 麦茶 ～ 鮭の塩こうじ焼き 金 ブロッコリーとマカロニの和風サラダ ～ みそ汁(生揚げ・水菜)	米、白玉粉、小麦粉、マヨネーズ、マカロニ	牛乳、さけ、卵、油揚げ、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、粉チーズ、ピザ用チーズ、かつお節	ブロッコリー、みずな、ホールコーン(レトルト)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	みかん缶 牛乳100 ☆ポンデケージョ 牛乳130	エネルギー 601 kcal たんぱく質 30.4 g 脂 質 21.7 g カルシウム 365 mg	
28	あんかけ焼きそば ～ スープ(わかめ・コーン) 土 みかん ～ 麦茶	ゆで中華めん、片栗粉、ごま油、砂糖	豚肉(ばら)、かまぼこ(赤)	みかん、はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン缶、干しいたけ、カットわかめ	鶏がら、みりん、しょうゆ、食塩、しょうゆ(うすくち)、こしょう	ビスコ 牛乳100 カステラ せんべい 麦茶	エネルギー 406 kcal たんぱく質 12.1 g 脂 質 11.1 g カルシウム 72 mg	

献立の平均栄養価 3歳以上児

エネルギー550Kcal 蛋白質 22.3g

☆ は手作りのおやつです。3歳未満児

エネルギー 489Kcal 蛋白質 19.8g

※ 材料の都合で、献立が変更になることがあります。

脂質 18.8g

脂質 18.0g

カルシウム 224mg 鉄分 2mg

カルシウム 275mg 鉄分 2mg