

令和 8 年



2月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
2	月	牛乳 ビスケット	ご飯 さばの塩焼き 切干大根の胡麻和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・さば・生揚げ・麦 みそ・きな粉	どうぶつビスケット・米・砂 糖・こま・マカロニ・スパゲ ティ	切干しだいこん・チンゲンサ イ・にんじん・くりかぼちゃ・ 長ねぎ・しめじ
3	火	牛乳 クラッカー	鬼さんのドライカレー マリネサラダ ほうれん草のスープ ★節分メニュー	お茶 鬼まんじゅう	牛乳・牛ひき肉・ふたひ き肉・大豆水煮缶詰・ブ ロセスチーズ・ローズハ ム	リッツ・米・油・砂糖・さつ まいも・薄力粉	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・トマトケチャップ・ゆ でブロッコリー・にんじん・ほ うれんそう・コーン
4	水	牛乳 はりんこ	ご飯 肉野菜炒め ピーマンサラダ わかめスープ	牛乳 マーラーカオ	牛乳・ふた肉・ツナ缶・ 鶏卵・豆乳	しょうゆせんべい・米・油・ ビーフン・マヨドレ・こま 油・薄力粉・三温糖	キャベツ・たまねぎ・だいずも やし・にんじん・青ピーマン・ きゅうり・にんじん・カットわ かめ・だいこん・にら
5	木	牛乳 ウエハース	ご飯 鶏肉の香り焼き キャベツと人参のサラダ 麴の味噌汁	お茶 桃入りコーンフレーク	牛乳・鶏もも・麦みそ	ウエハース・米・油・砂糖・ 釜焼きふ・さといも・コーン フレーク	にんにく・青ねぎ・キャベツ・ にんじん・きゅうり・たまね ぎ・こねぎ・黄桃缶
6	金	牛乳 ビスコ	食パン 鮭のさっぱりレモン焼き かぼちゃサラダ セロリスープ	お茶 おかかおにぎり	牛乳・さけ・ウインナー ソーセージ・鶏むね(皮な し)・削り節	ビスコ・食パン・砂糖・マヨ ドレ・米	レモン果汁・くりかぼちゃ・ きゅうり・にんじん・セロ リー・黄パプリカ
7	土	牛乳 マンナビスケット	焼きそば 白菜のツナ煮 すまし汁	牛乳 せんべい	牛乳・ふた肉・かつお 節・まぐろ水煮缶詰・蒸 しかまぼこ	ビスケット・中華めん・油・ せんべい	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・はくさい・もや し・カットわかめ
9	月	牛乳 ビスケット	ご飯 さわらの照り焼き ひじきサラダ かぶの味噌汁	お茶 みかんフルーチェ	牛乳・さわか・麦みそ	ビスケット・米・砂糖・マヨ ドレ・フルーチェ	しょうが・ゆでブロッコリー・ 乾ひじき・コーン・にんじん・ かぶ・こまつな・えのきたけ・ みかん缶詰
10	火	牛乳 クラッカー	ご飯 ボークチャップ アスパラとかぶのマリネ コンソメスープ	牛乳 じゃこトースト	牛乳・ふたかた・しらす 干し・チーズ	リッツ・米・薄力粉・油・砂 糖・じゃがいも・食パン・マ ヨドレ	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・アスパラガス・か ぶ・カットわかめ・にんじん・ あおのり
12	木	牛乳 クラッカー	肉うどん ブロッコリーのサラダ ショア	お茶 ワカメおにぎり	牛乳・ふたもも(皮脂 無)・油揚げ・まぐろ水煮 缶詰・乳酸菌飲料	リッツ・ゆでうどん・マヨド レ・米	はくさい・にんじん・青ねぎ・ ゆでブロッコリー・きゅうり・ コーン・炊き込みわかめ
13	金	牛乳 ウエハース	ご飯 鶏肉のカレー焼き キャベツのサラダ 春雨スープ	牛乳 ココアブラウニー	牛乳・若鶏むね・はんべ ん・豆乳	ウエハース・米・油・薄力 粉・マヨドレ・緑豆はるさ め・砂糖・粉糖	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・コーン・ほうれんそう・た まねぎ
14	土	牛乳 マンナビスケット	ねぎ塩豚肉チャーハン 粉ふきいも 白菜と人参のスープ	牛乳 源氏パイ	牛乳・ふたもも(皮脂無)	ビスケット・米・ごま油・ じゃがいも・源氏パイ	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ パセリ・はくさい
16	月	牛乳 ビスケット	ご飯 鮭のサクサク焼き 春雨サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 カルピス蒸しパン	牛乳・さけ・かにかまぼ こ・麦みそ	どうぶつビスケット・米・マ ヨドレ・パン粉・油・はるさ め・砂糖・ホットケーキミッ クス・カルピス	だいずもやし・きゅうり・くり かぼちゃ・たまねぎ・ほうれん そう
17	火	牛乳 ビスコ	ロールパン クリームシチュー 大根のマリネサラダ フルーツゼリー	お茶 ぎつねおにぎり	牛乳・若鶏もも・ローズ ハム・油揚げ	ビスコ・ロールパン・じゃが いも・油・砂糖・ゼリー・米	たまねぎ・にんじん・ゆでブ ロッコリー・だいこん・きゅう り・カットわかめ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	462	18	17	273	1.9	71	0.24	0.34	20	3.3	1.5
3歳以上	521	21	18	275	2.5	67	0.28	0.36	24	3.9	1.7

令和 8年



2月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18	水	牛乳 はりんこ	ゆかりごはん カレイの磯部焼き キャベツと大豆のサラダ けんちん汁	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・まがれい・大豆水 煮豆腐・絹ごし豆腐	しょうゆせんべい・米・油・ さといも・マシュマロ・リッ ッ	青のり・キャベツ・きゅうり・ にんじん・ごぼう・青ねぎ
19	木	牛乳 ウエハース	青森味噌カレー牛乳ラーメン 大根のおかか和え みかん ★食育献立 青森県の郷土料理	お茶 五平餅	牛乳・ぶた肉・麦みそ・ しらす干し・かつお節・ 削り節	ウエハース・中華めん・油・ 米・砂糖・いりごま	キャベツ・りよくとうもろし・ にんじん・青ねぎ・だいこん・ きゅうり・みかん
20	金	牛乳 ビスコ	ご飯 豚の生姜焼き 切干し大根のサラダ さつま芋の味噌汁	牛乳 シュガートースト	牛乳・ぶたロース・ロー スハム・麦みそ	ビスコ・米・油・マヨドレ・ さつまいも・食パン・業務用 有塩マーガリン・砂糖	たまねぎ・青ピーマン・切干し だいこん・きゅうり・コーン・ カットわかめ
21	土	牛乳 マンナビスケット	和風スパゲティ 豆乳スープ パイン缶	牛乳 せんべい	牛乳・ツナ缶・豆乳	ビスケット・マカロニ・スパ ゲティ・油・有塩バター・サ ラダせんべい	たまねぎ・しめじ・ほうれんそ う・にんにく・はくさい・ミッ クスベジタブル・パインアップ ル缶詰
24	火	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き ツナサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・若鶏もも・ツナ 缶・豆腐・麦みそ・きな 粉	ビスケット・米・塩こうじ・ 油・マヨドレ・砂糖	キャベツ・にんじん・えのきた け・ほうれんそう・バナナ
25	水	牛乳 はりんこ	ご飯 ピザ風卵焼き 中華風サラダ 白菜のスープ	牛乳 黒ごまマフィン	牛乳・鶏卵・ベーコン・ チーズ・若鶏むね	しょうゆせんべい・米・油・ 砂糖・ごま油・ごま・ホット ケーキミックス・無塩バ ター・くろごま	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・もやし・きゅう り・にんじん・はくさい・にん じん
26	木	牛乳 ウエハース	ご飯 あじの梅味噌焼き ポテトサラダ もずくのすまし汁	牛乳 みかん蒸しパン	牛乳・あじ・麦みそ・ ロースハム・絹ごし豆腐	ウエハース・米・砂糖・じゃ がいも・マヨドレ・ホット ケーキミックス・油	梅びしお・にんじん・きゅう り・もずく・にんじん・オレン ジジュース
27	金	牛乳 ビスコ	食パン マカロニグラタン ゴマタレサラダ 野菜スープ ヤクルト ★誕生日会メニュー	お茶 プリンアラモード	牛乳・若鶏もも・チー ズ・ウインナーソーセー ジ・ヤクルト	ビスコ・食パン・マカロニ・ 無塩バター・プリン・ホイッ プクリーム	たまねぎ・マッシュルーム・ゆ でグリーンピース・プロッコ リー・にんじん・コーン・だい こん・黄桃・バナナ
28	土	牛乳 マンナビスケット	牛乳 三色ナムル かぼちゃスープ	牛乳 バジタバー	牛乳・牛ばら	ビスケット・米・砂糖・ごま 油・いりごま・釜焼き飯・バ ジタバー	たまねぎ・だいずもやし・ほう れんそう・にんじん・くりかぼ ちゃ・こねぎ