



2026年 2月 完了食献立表(中野区保育園・幼稚園課)

曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日	2 16	3 17	4 18	5 19	6 20	7 21	9	10 24	25	12 26	13 27	14 28
乳児 午前おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
主食	軟飯	軟飯	軟飯	ゆかり軟飯	カレーライス	青菜としらす軟飯	軟飯	うどんのケチャップ炒め	軟飯	軟飯	軟飯	肉うどん
副食	松風焼き ひじきの煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁	魚の漬け焼き 人参のスティック煮 酢の物 味噌汁	キッシュ ブロッコリー トマト 味噌汁	豆腐のチャンプル 磯辺ポテト 味噌汁	鶏レバーのワイン煮 フレンチサラダ	南瓜のそぼろ煮 二色和え 南瓜の甘煮 味噌汁	ミートボールの味噌煮 コーンと和え 南瓜の甘煮 すまし汁	ツナサラダ 粉ふき芋	高野豆腐の卵とし 人参の甘煮 胡瓜の味噌おかか和え 味噌汁	つくねの煮物 人参ドレッシングサラダ ブロッコリー ミルクスープ	鮭のサクサク揚げ トマト 二色和え 味噌汁	ジャーマンポテト ゆかり和え
材料	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米 ゆかり 塩	胚芽米 豚肉 玉葱 人参 南瓜 じゃが芋 りんご 小麦粉 玉葱 オイスターソース	胚芽米 ほうれん草 しらす 葱 塩 醤油 なたね油	胚芽米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 大豆味噌 砂糖 かつおだし	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 なたね油 ケチャップ	胚芽米	胚芽米	胚芽米	乾めん 豚肉 玉葱 人参 かつお芋 玉葱
	鶏ひき肉 玉葱 干しいたけ 片栗粉 醤油 砂糖 酒 大豆味噌 なたね油	白身魚 酒 なたね油 みりん 醤油	鶏肉 玉葱 パプリカ 鶏卵 バター 牛乳 生クリーム 塩 砂糖 なたね油	豆腐 豚肉 キャベツ 玉葱	じゃが芋 りんご 小麦粉 バター カレー粉 塩 スキムミルク 醤油	塩 醤油 なたね油	南瓜 豚ひき肉 かつおだし 砂糖 醤油	ツナ缶 人参 キャベツ 穀物酢 塩 なたね油	高野豆腐 豚ひき肉 玉葱 鶏卵 かつおだし さやえんどう 砂糖 みりん 醤油 片栗粉	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	生鮭 塩 酒 小麦粉 片栗粉 ベーキングパウダー なたね油	乾めん 豚肉 玉葱 人参 かつお・昆布だし 醤油 みりん じゃが芋 玉葱
	ひじき 人参 なたね油 醤油 砂糖 かつおだし	わかめ 胡瓜 しらす 穀物酢 塩 砂糖	ブロッコリー トマト 大根 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし	じゃが芋 塩 青のり	人参 もやし 醤油	人参 もやし 醤油	人参 ほうれん草 ホールコーン 醤油	人参 ほうれん草 ホールコーン 醤油	人参 砂糖 醤油	人参 砂糖 醤油	人参 砂糖 醤油	人参 砂糖 醤油
	さつま芋 醤油 砂糖	キャベツ 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	大根 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チンゲンサイ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	鶏レバー 赤ワイン 砂糖 醤油 葱 生姜	人参 もやし 醤油	豆腐 人参 塩 醤油 かつお・昆布だし	豆腐 人参 塩 醤油 かつお・昆布だし	胡瓜 大豆味噌 かつお節	人参 砂糖 醤油	人参 砂糖 醤油	人参 砂糖 醤油
	白菜 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし				キャベツ 胡瓜 人参 穀物酢 なたね油 塩				玉葱 小松菜 大豆味噌 いりこ・昆布だし	玉葱 小松菜 大豆味噌 いりこ・昆布だし	玉葱 小松菜 大豆味噌 いりこ・昆布だし	玉葱 小松菜 大豆味噌 いりこ・昆布だし
デザート	みかん	煮りんご	バナナ	みかん	バナナ	オレンジ	バナナ	煮りんご	バナナ	バナナ	煮りんご	オレンジ
3時おやつ	牛乳 わかめツナ軟飯 チーズ	牛乳 煮込みうどん	牛乳 大学芋	牛乳 ジャムバターサンド	牛乳 りんごゼリー せんべい	牛乳 ココア蒸しまんじゅう	牛乳 チーズナン	牛乳 黄な粉軟飯	牛乳 人参入り米粉蒸しパン	牛乳 豆乳クリームサンド	牛乳 バナナヨーグルト	牛乳 混ぜ軟飯
材料	胚芽米 わかめご飯の素 ツナ缶	乾めん 人参 葱 醤油 みりん かつお・昆布だし	さつま芋 なたね油 醤油 砂糖	食パン バター いちごジャム	りんごジュース 砂糖 寒天 せんべい	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ココア	強力粉 小麦粉 ドライイースト 塩 砂糖 オリーブ油 チーズ	胚芽米 黄な粉 砂糖 塩	米粉 ベーキングパウダー 砂糖 人参 調整豆乳 穀物酢 なたね油	丸パン 豆乳ホイップ 砂糖	プレーンヨーグルト 砂糖 バナナ せんべい	胚芽米 しらす 小松菜 醤油 塩
	チーズ											
給与目標量												
エネルギーKcal	562	401	526	487	523	423	577	513	481	512	389	442
タンパク質g	18.4	18.9	15.9	17.6	19.1	14.9	22.6	15.2	17.4	18.6	16.6	16.6
補食	麦茶 菓子・果物	麦茶 ふかし芋	麦茶 ぶどうゼリー・菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 コーン軟飯	麦茶 菓子	麦茶 わかめ軟飯	麦茶 菓子・果物	麦茶 みかんゼリー・菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 さつま芋のマッシュ	麦茶 菓子
材料		じゃが芋 塩	ぶどうジュース 砂糖 寒天		胚芽米 ホールコーン 塩		胚芽米 わかめご飯の素		みかんジュース 砂糖 砂糖 寒天		さつま芋 砂糖	

* 補食は延長保育対象児のみにします。

* 献立内容は都合により変更する場合があります。

* 和え物・お浸しは、柔らかく茹でてから調理しています。

* 柑橘類は入荷の状況により変更になることがあります。



* おやつ・補食の市販菓子は、卵、乳、胡麻が含まれていないものを使用しています。

* で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。

* 午前のおやつのはビスケットは、クラッカーに変更になることがあります。

* 液体ミルクは備蓄用のものを使用しています。