



## 2026年 2月 完了食献立表(中野区保育園・幼稚園課)



2023年2月子供食費立会(下野区保育園・幼稚園)														
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	豆腐のチャンブル 磯辺ボテト 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 味噌汁	ミートボールの味噌煮 コーン和え 南瓜の甘煮 すまし汁	ツナサラダ 粉ふき芋	高野豆腐の卵とじ 人参の甘煮 胡瓜の味噌おか和え 味噌汁	つくねの煮物 人参レッシングサラダ 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	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米	胚芽米		
	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 砂糖	鶏肉 玉葱 人参 パブリカ 鶏卵 豚肉 バター 牛乳 人参 醤油 砂糖	ゆかり 塩 豆腐 南瓜 じゃが芋 りんご 小麦粉 玉葱 オイスターソース 塩 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	豚肉 玉葱 人参 南瓜 じゃが芋 りんご 小麦粉 玉葱 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	ほうれん草 葱 塩 醤油 なたね油 片栗粉 大豆味噌 砂糖 かつおだし 南瓜 豚ひき肉 南瓜 人参 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	しらす 塩 醤油 なたね油 片栗粉 大豆味噌 砂糖 かつおだし 人参 ほうれん草 豚ひき肉 南瓜 人参 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	豚ひき肉 玉葱 人参 片栗粉 なたね油 ケチャップ かつおだし ツナ缶 人參 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	高野豆腐 豚ひき肉 玉葱 人参 片栗粉 なたね油 ケチャップ かつおだし ツナ缶 人參 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	鶏ひき肉 玉葱 人参 片栗粉 なたね油 ケチャップ かつおだし さやえんどう 人參 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	生鮭 塩 酒 かつお・昆布だし 醤油 みりん ベーキングパウダー なたね油 トマト 白菜 人參 醤油 大根 大豆味噌 いりこ・昆布だし もやし ゆかり 塩	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 片栗粉 なたね油 ケチャップ かつおだし ツナ缶 人參 カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	胚芽米	乾めん 豚肉 玉葱 人参 かつお・昆布だし 醤油 みりん ベーキングパウダー なたね油 トマト 白菜 人參 醤油 大根 大豆味噌 いりこ・昆布だし もやし ゆかり 塩
	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	わかれ 胡瓜 しらす 穀物酢 塩 砂糖	ブロッコリー トマト	じゃが芋 塩 青のり	じゃが芋 塩 青のり	鶏レバー 赤ワイン 砂糖 醤油 葱 生姜	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり		
	さつま芋 醤油 砂糖	醤油 砂糖	大根 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チングンサイ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チングンサイ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チングンサイ 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	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり		
	白菜 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	キャベツ 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	キャベツ 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チングンサイ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チングンサイ 大豆味噌 いりこ・昆布だし	人参 もやし チングンサイ 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	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり	カレー粉 塩 スキムミルク 醤油 中濃ソース ケチャップ なたね油 トマト 青のり		
	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		
	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 豆乳クリームサンド	牛乳 せんべい	牛乳		
	材料	胚芽米 わかめご飯の素 ツナ缶 醤油 みりん	乾めん 人参 葱 醤油 みりん	さつま芋 なたね油 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	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 バナナ	ブレーンヨーグルト 小松菜 醤油 塩		
		チーズ	かつお・昆布だし		せんべい						せんべい	胚芽米 しらす 小松菜 醤油 塩		
給与目標量														
エネルギーKcal 480	562	401	526	487	523	423	577	513	481	512	389	442		
タンパク質g 20	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 寒天		さつま芋 砂糖		

\* 補食は延長保育対象児のみになります。

\* 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、アレルゲンの確認が必要な加工食品です。

\*午前のおやつのピスケットは、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

