

2026年 2月給食献立表



南ヶ丘こども園

冬

冬

日付	曜日	献立	材 料		
			赤 体をつくる	黄 働く力に	緑 体の調子を整える
2	月	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ニラ もやし 玉葱 ブロッコリー バナナ
3	火	鬼ご飯 春雨サラダ つみれ汁	ミンチ ウインナー 卵 いわし	米 中華麺 春雨	玉葱 レーズン 人参 コーン 胡瓜 玉葱 人参 えのき 小松菜
4	水	ご飯 まさご揚げと添え野菜 ちくわの煮物 小松菜の味噌汁	豆腐 ミンチ エビ じゃこ ちくわ	米	玉葱 ブロッコリー 大根 人参 小松菜 玉葱 人参
5	木	ビビンバ丼 里芋の煮物 きのこのすまし汁	ミンチ	米 里芋	ほうれん草 人参 人参 えのき 人参 椎茸 葱
6	金	十六穀米 鶏肉の唐揚げと添え野菜 豆腐サラダ 大根の味噌汁	鶏肉 豆腐 じゃこ	米 十六穀米	ブロッコリー 胡瓜 大根 玉葱 人参 ほうれん草
7	土	ピザグラタンパン	チーズ	パン マカロニ	玉葱 果物もしくはスープ
9	月	ハヤシライス シーチキンサラダ 果物	豚肉 シーチキン	米	玉葱 人参 マッシュルーム 胡瓜 人参 バナナ
10	火	ご飯 おでん 小松菜の胡麻酢和え 玉葱のスープ	ちくわ はんぺん うす揚げ	米 蒟蒻	大根 人参 小松菜 人参 ほうれん草 人参 玉葱 葱
11	水	建国記念の日(お休み)			
12	木	鮭の散らし寿司 野菜の煮物 麩のすまし汁	鮭 卵 厚揚げ	米 麩	海苔 大根 人参 人参 小松菜
13	金	ご飯 とり天 ひじきの煮物 もやしのスープ	鶏肉 うす揚げ	米	ブロッコリー ひじき 人参 もやし 玉葱 人参 ほうれん草
14	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	果物もしくはスープ
16	月	カレーライス マカロニサラダ 果物	豚肉	米 じゃが芋 マカロニ	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 バナナ
17	火	ナポリタン 洋風卵焼き えのきのスープ	ウインナー ベーコン 卵	スパゲッティ	玉葱 人参 ピーマン ほうれん草 えのき 人参 玉葱
18	水	十六穀米 鶏肉の醤油麹焼きと添え野菜 南瓜の煮物 なめこの味噌汁	鶏肉	米 十六穀米	ブロッコリー 南瓜 いんげん なめこ 玉葱 人参 葱

九州地方の
郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			赤 体をつくる	黄 働く力に	緑 体の調子を整える
19	木	ご飯 鯖の味噌煮と梅和え ちくわの磯部揚げと添え野菜 大根のすまし汁	鯖 ちくわ	米	梅 小松菜 青のり コーン 大根 人参 ほうれん草
20	金	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 ほうれん草の胡麻和え わかめのスープ	鶏肉 うす揚げ	米 十六穀米 胡麻	葱 キャベツ ほうれん草 人参 わかめ 玉葱 人参
21	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	キャベツ 果物もしくはスープ
23	月	天皇誕生日(お休み)			
24	火	ジャージャー麺 卵焼きと添え野菜 ほうれん草のスープ	牛豚ミンチ 卵	中華麺	玉葱 人参 葱 椎茸 筍 胡瓜 ほうれん草 人参 玉葱
25	水	十六穀米 鯖の塩焼きとおかか和え 切干大根の煮物 なめこのすまし汁	鯖 かつお うす揚げ	米 十六穀米	ほうれん草 切干大根 人参 なめこ 椎茸 人参 小松菜
26	木	ミートスパゲッティ ポテトサラダ かき玉汁	牛豚ミンチ 卵	スパゲッティ じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 玉葱 人参 小松菜
27	金	わかめご飯 鮭の葱たれ掛けと添え野菜 春雨サラダ 青梗菜のスープ	鮭 卵	米 春雨	わかめ キャベツ 胡瓜 青梗菜 玉葱 人参
28	土	お弁当の日(給食はありません)			

今月の見本はさくら組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはゆり組さんがします。

園での一人当たりの栄養量(3歳以上)

エネルギー 500kcal タンパク質 21g 脂質 16.3g カルシウム 256mg