


2月の献立表


令和8年

献立表にある食材で食べていないものは、おうちでお試しいただくようお願いいたします。 福生保育園

日	曜	昼食	3時	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	トマトハヤシライス 白菜のスープ さつま芋サラダ いよかん	麦茶 八王子ラーメン（東京都）	豚もも・豚ばら・なると	米・なたね油・さつまいも 三温糖・中華めん・ごま油	たまねぎ・にんじん・エリンギ トマト缶詰・はくさい・ぶなしめじ ブロッコリー・いよかん・焼きのり
3	火	わかめごはん 鬼除け汁 照り焼きつくねバーグ ブロッコリーと白菜のおか か和え ヨーグルト	牛乳 鬼まんじゅう	豚もも・だいず 淡色辛みそ・煮干し かつお削り節・鶏ひき肉 ヨーグルト・普通牛乳	米・なたね油・三温糖 かたくり粉・さつまいも 薄力粉・上新粉・上白糖	わかめ・大根・ごぼう・にんじん 葉ねぎ・たまねぎ・しょうが ブロッコリー・スイートポテト缶詰 はくさい
4	水	ごはん 青梗菜とベーコンのスープ 鶏のマヨカレー焼き 野菜炒め りんご	牛乳 鮭おにぎり	ベーコン・鶏もも・普通牛乳 しろさけ	米・マヨネーズ・なたね油	チンゲンサイ・ぶなしめじ りよくとうもやし・キャベツ にんじん・スイートポテト缶詰 青ピーマン・りんご・焼きのり
5	木	ごはん みそ汁(もやし) たらフライ コールスロー バナナ	牛乳 りんごジャムサンド	油揚げ・煮干し 淡色辛みそ・まだら 普通牛乳	米・薄力粉・パン粉 調合油・なたね油・三温糖 食パン・りんごジャム	りよくとうもやし・生わかめ キャベツ・きゅうり・たまねぎ にんじん・スイートポテト缶詰 バナナ
6	金	ごはん みそ汁(大根) 豚肉しょうが焼き ひじきの煮物 バナナ	牛乳 人参蒸しパン	煮干し・淡色辛みそ 豚ロース・油揚げ・だいず 普通牛乳・鶏卵	米・調合油・なたね油 三温糖・薄力粉	大根・ほうれんそう・えのきたけ しょうが・ほしひじき・にんじん さやいんげん・バナナ
7	土	スパゲッティ・ミートソース えのきと豆腐のスープ ブロッコリーサラダ ヨーグルト	牛乳 いちごジャムサンド	豚ひき肉 パルメザンチーズ 絹ごし豆腐・ヨーグルト 普通牛乳	小麦粉・パセリ・なたね油 三温糖・有塩バター さつまいも・食パン いちごジャム	たまねぎ・にんじん・トマト缶詰 えのきたけ・ブロッコリー
9	月	親子どんぶり みそ汁(チンゲン菜) かぶのナムル バナナ	牛乳 ハッシュドポテト	鶏もも・鶏卵・生揚げ 煮干し・淡色辛みそ 普通牛乳	米・三温糖・ごま・ごま油 じゃがいも・かたくり粉 なたね油	たまねぎ・根深ねぎ・切りみつば 焼きのり・チンゲンサイ・かぶ かぶ 葉・にんじん・きゅうり りよくとうもやし・バナナ
10	火	ごはん こしね汁(群馬県) 鮭の照り焼き おからの煮物 バナナ	牛乳 ミートソースパンネ	油揚げ・木綿豆腐・豚もも 淡色辛みそ・しろさけ おから・焼き竹輪 普通牛乳・豚ひき肉	米・じゃがいも・なたね油 三温糖・小麦粉・パセリ	生しいたけ・根深ねぎ・ごぼう にんじん・乾しいたけ さやいんげん・バナナ・たまねぎ トマト缶詰
12	木	麻婆丼 春雨スープ オリエンタルサラダ いよかん	牛乳 シュガーラスク	木綿豆腐・豚ひき肉 淡色辛みそ・ささ身 普通牛乳	米・ごま油・三温糖 かたくり粉・緑豆はるさめ コーンフレーク・なたね油 食パン・有塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ しょうが・根深ねぎ・きくらげ たけのこ・ブラックマッペもやし キャベツ・きゅうり・いよかん
13	金	ごはん 千切り野菜のすまし汁 サバのスパイシー焼き ほうれん草のごま和え バナナ	牛乳 いなりすし	かつお削り節・まさば 普通牛乳・油揚げ	米・ごま・三温糖	大根・にんじん・さやえんどう ま昆布・しょうが・にんにく ほうれんそう・えのきたけ バナナ
14	土	チャーチャー麺 豆腐のスープ 大根の煮物 ヨーグルト	牛乳 練乳クッキー	鶏ひき肉・赤色辛みそ 絹ごし豆腐・豚ばら ヨーグルト・普通牛乳 加糖練乳	蒸し中華めん・三温糖 かたくり粉・ごま油・薄力粉 砂糖・有塩バター	にんじん・たまねぎ・根深ねぎ きゅうり・りよくとうもやし・大根 たけのこ水煮缶詰
16	月	かぼちゃカレー くずし豆腐のスープ ひじきサラダ バナナ	牛乳 混ぜご飯おにぎり	豚かたロース・木綿豆腐 ロースハム・普通牛乳 油揚げ	米・なたね油・無塩バター 薄力粉・三温糖・ごま油	たまねぎ・西洋かぼちゃ にんじん・しょうが・にんにく セロリー・ぶなしめじ・ほしひじき キャベツ・りよくとうもやし・バナナ ごぼう

・うさぎ組はおやつで牛乳が麦茶になります。
・仕入れの都合などにより献立が変更になることがあります。
ご了承ください。



今月の郷土料理
2日八王子ラーメン
10日こしね汁





2月の献立表



令和8年

献立表にある食材で食べていないものは、おうちでお試しいただくようお願いいたします。

福生保育園

日 曜	昼 食	3時	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
17 火	ごはん みそ汁(小松菜) 豆腐入り松風焼き キャベツのじゃこ和え ヨーグルト	牛乳 お好み焼きトースト	油揚げ・煮干し 淡色辛みそ・鶏ひき肉 木綿豆腐・普通牛乳・鶏卵 しらす干し・ヨーグルト 絹ごし豆腐・かつお削り節	米・パン粉・ごま・三温糖 なたね油・ごま油・食パン マヨネーズ	こまつな・生わかめ・根深ねぎ キャベツ・にんじん・ブロッコリー あおのり
18 水	ごはん みそ汁(豆腐) カレイのもみじ焼き かぼちゃのそぼろ煮 オレンジ	牛乳 さつま芋のチーズ おやき	絹ごし豆腐・淡色辛みそ 煮干し・まがれい・鶏ひき肉 普通牛乳・プロセスチーズ	米・マヨネーズ・三温糖 かたくり粉・さつまいも	生わかめ・根深ねぎ・にんじん 青ピーマン・西洋かぼちゃ さやいんげん・温州みかん
19 木	ごはん すまし汁(まいたけ) 豚肉のシューシー焼き ポテトサラダ りんご	麦茶 おからケーキ	かつお削り節 豚かたロース・淡色辛みそ おから・鶏卵・普通牛乳	米・三温糖・じゃがいも マヨネーズ・有塩バター 薄力粉	まいたけ・にんじん・ほうれんそう ま昆布・にんにく・きゅうり たまねぎ・りんご
20 金	ごはん 沢煮椀 サワラの生姜焼き れんこんとベーコンの 炒め煮 オレンジ	牛乳 あんかけ焼きそば	鶏もも・かつお削り節 さわら・ベーコン・普通牛乳	米・なたね油・三温糖 蒸し中華めん・ごま油 かたくり粉	たけのこ・ごぼう・にんじん 乾しいたけ・さやいんげん ま昆布・しょうが・れんこん パレンシアオレンジ・はくさい りよくとうもやし
21 土	ぎょうざ丼 きのことスープ フレンチチヂミ ヨーグルト	牛乳 ミルクスコーン	豚ひき肉・絹ごし豆腐 ヨーグルト・普通牛乳	米・ごま油・三温糖 かたくり粉・調合油・薄力粉 有塩バター・いちごジャム	根深ねぎ・えのきたけ・にら キャベツ・しょうが・にんにく ぶなしめじ・きゅうり ｽｲｰﾄﾎﾞﾝﾈｯﾄ
24 火	すき焼き丼 すまし汁(まいたけ) ツナサラダ ヨーグルト	牛乳 みそ蒸しパン	豚かたロース・焼き豆腐 まぐろ缶詰・ヨーグルト 普通牛乳・脱脂粉乳 淡色辛みそ・鶏卵	米・三温糖・調合油 薄力粉・有塩バター・ごま	根深ねぎ・しゅんぎく・まいたけ たまねぎ・こねぎ・きゅうり キャベツ・りよくとうもやし ｽｲｰﾄﾎﾞﾝﾈｯﾄ
25 水	ごはん みそ汁(かぶ) サバの甘辛だれ 白菜のお浸し バナナ	牛乳 のり塩ポテト	淡色辛みそ・煮干し・まさば かつお削り節・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉 三温糖・じゃがいも	かぶ・生わかめ・根深ねぎ しょうが・はくさい・にんじん きゅうり・ブラックマッペもやし バナナ・あおのり
26 木	ロールパン 白菜とベーコンのスープ ハンバーグ 蒸し野菜のシーザーサラダ バナナ	牛乳 みそうどん	ベーコン・豚ひき肉・豆乳 パルメザンチーズ 普通牛乳・豚もも 淡色辛みそ・かつお削り節	ロールパン・パン粉 じゃがいも・オリーブ油 三温糖・うどん・なたね油	はくさい・ぶなしめじ・たまねぎ えのきたけ・にんじん ブロッコリー・バナナ・ごぼう 大根・根深ねぎ・ま昆布
27 金	お祝い給食 人参ごはん カレースープ チキン南蛮 もやしの和え物 フルーツゼリー	麦茶 バークドチーズケーキ	鶏もも・鶏卵 クリームチーズ・クリーム ヨーグルト	米・かたくり粉・なたね油 三温糖・マヨネーズ・ごま ゼリー・薄力粉・粉糖	にんじん・たまねぎ・えのきたけ らっきょう・パセリ・ブロッコリー りよくとうもやし・レモン
28 土	ほうとう風うどん 野菜炒め ヨーグルト	牛乳 バナナパンケーキ	豚ばら・淡色辛みそ かつお削り節・ウインナー ヨーグルト・普通牛乳	うどん・なたね油・薄力粉 三温糖	ごぼう・大根・にんじん 西洋かぼちゃ・根深ねぎ ま昆布・たまねぎ・キャベツ 青ピーマン・バナナ



平均給与量	エネルギー	たんぱく質	脂質
乳児	460kcal	18.8g	15.0g
幼児	575kcal	23.7g	18.9g

2月のいちおしメニュー (マーク)



ポテトサラダ

じゃが芋のビタミンCは、でんぷんに守られていて、熱に強く壊れにくいという特徴があり、しかもミカンと変わらないぐらい含まれています。野菜不足を補ってくれる心強いメニューです。

