

令和8年



2月 給食献立表



3歳以上児



日 曜	昼 食	お や つ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をとのえる
2 月	カレーライス わかめスープ オリエンタルサラダ りんご	牛乳 鬼まんじゅう	豚かた・ささ身・普通牛乳	米・調合油・じゃがいも コーンフレーク・ごま油・さつまいも 薄力粉・上新粉・車糖・カレールウ	たまねぎ・にんじん・生わかめ・根深ねぎ えのきたけ・キャベツ・きゅうり・りんご
3 火	ごはん すまし汁(大根) 豚肉のシューシー焼き 厚揚げと野菜の炒め物 バナナ	麦茶 恵方巻き(幼児) ツナおにぎり(乳児)	かつお削り節・豚かたロース 淡色辛みそ・生揚げ・まぐろ缶詰	米・三温糖・調合油・米・マヨネーズ	大根・こねぎ・えのきたけ・ま昆布・にんにく たまねぎ・キャベツ・にんじん・青ピーマン バナナ・きゅうり・焼きのり
4 水	ごはん みそ汁(なめこ) カジキのステーキ風 筑前煮 ぼんかん	牛乳 きなこマカロニ	木綿豆腐・淡色辛みそ・かつお削り節 めかじき・鶏もも・普通牛乳・きな粉	米・薄力粉・調合油・三温糖・さといも マカロニ・スパゲッティ	なめこ・根深ねぎ・たまねぎ・ごぼう にんじん・たけのこ・乾しいたけ さやえんどう・ぼんかん
5 木	ごはん 青梗菜とベーコンのスープ 鶏のマヨカレー焼き コールスロー ヨーグルト	牛乳 バナナケーキ	ベーコン・鶏もも・ヨーグルト・普通牛乳 たまご	米・マヨネーズ・調合油・三温糖・薄力粉 有塩バター	チンゲンサイ・ぶなしめじ・キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰・バナナ
6 金	ごはん みそ汁(もやし) たらフライ ブロッコリーのおかか和え いよかん	牛乳 シュガーラスク	油揚げ・かつお削り節・淡色辛みそ またら・普通牛乳	米・薄力粉・パン粉・調合油・三温糖 有塩バター・フランスパン	りよくとろもやし・生わかめ・ブロッコリー にんじん・スイートコーン缶詰・いよかん
7 土	きつねとたぬきうどん キャベツとちくわのごま和え ぼんかん	麦茶 しらすおにぎり	鶏むね・かつお削り節・油揚げ 焼き竹輪・しらす干し	うどん・三温糖・薄力粉・調合油・ごま 米・ごま油	にんじん・根深ねぎ・ま昆布・ほうれんそう キャベツ・ぼんかん
9 月	親子どんぶり みそ汁(チンゲン菜) かぶのナムル オレンジ	牛乳 じゃが芋のチーズ焼き	鶏もも・たまご・生揚げ・煮干し 淡色辛みそ・普通牛乳・ベーコン プロセスチーズ	米・三温糖・ごま・ごま油・じゃがいも 薄力粉	たまねぎ・根深ねぎ・切りみつば・焼きのり チンゲンサイ・カットわかめ・かぶ・かぶ にんじん・バレンシアオレンジ
10 火	ごはん こしね汁(群馬県) 鮭の照り焼き ひじきの煮物 バナナ	麦茶 和風クリームスパゲッ ティ	油揚げ・木綿豆腐・豚もも 淡色辛みそ・しらすさけ・だいず ベーコン・普通牛乳	米・じゃがいも・調合油・車糖・三温糖 マカロニ・スパゲッティ・有塩バター・薄力粉	生しいたけ・根深ねぎ・ごぼう・にんじん ほしひじき・さやいんげん・バナナ・たまねぎ ぶなしめじ・ほうれんそう
12 木	マーボー丼 春雨スープ キャベツの甘酢和え りんご	牛乳 いなりずし(幼児) こんこんにぎり(乳児)	木綿豆腐・豚ひき肉・淡色辛みそ 豆みそ・まぐろ缶詰・普通牛乳 油揚げ	米・ごま油・三温糖・かたくり粉 緑豆はるさめ・ごま	たまねぎ・根深ねぎ・しょうが・にんにく・にら きくらげ・たけのこ・にんじん ブラックマッペもやし・キャベツ・きゅうり りんご
13 金	ごはん 千切り野菜のすまし汁 サバの味噌焼き ほうれん草のごま和え ヨーグルト	牛乳 りんごジャムサンド	かつお削り節・まさば・淡色辛みそ ヨーグルト・普通牛乳	米・三温糖・ごま・コッペパン りんごジャム	大根・にんじん・さやえんどう・ま昆布 ほうれんそう・キャベツ・えのきたけ
14 土	焼き鳥丼 青梗菜とベーコンのスープ もやしのナムル ぼんかん	麦茶 甘納豆の蒸しパン	鶏もも・ベーコン・調製豆乳	米・三温糖・ごま・ごま油・薄力粉 調合油・甘納豆	根深ねぎ・さやいんげん・焼きのり・しょうが チンゲンサイ・ぶなしめじ・きゅうり・にんじん ブラックマッペもやし・ぼんかん
16 月	豚丼 ぐずし豆腐のスープ えのきたけと小松菜の和え物 りんご	牛乳 八王子ラーメン(東京)	豚かたロース・木綿豆腐・普通牛乳 豚ばら・なると	米・三温糖・調合油・中華めん・ごま油	たまねぎ・しょうが・にんにく・ぶなしめじ にんじん・えのきたけ・ごまつな・にんじん ブラックマッペもやし・りんご・焼きのり
17 火	ごはん みそ汁(じゃが芋) 鶏の照焼き 金平ごぼう いよかん	牛乳 フルーツサンド	かつお削り節・淡色辛みそ・鶏もも 普通牛乳・ホイップクリーム・ヨーグルト	米・じゃがいも・三温糖・ごま・ごま油 食パン	たまねぎ・こねぎ・しょうが・にんじん・ごぼう 青ピーマン・いよかん・みかん缶詰 パインアップル缶詰・バナナ
18 水	クロワッサン ジュリエンススープ ハンバーグ ポテトサラダ ゼリー	牛乳 ベークドチーズケーキ	豚ひき肉・豆乳・普通牛乳 クリームチーズ・たまご・クリーム	クロワッサン・パン粉・じゃがいも 三温糖・マヨネーズ・薄力粉	たまねぎ・にんじん・セロリ・きゅうり スイートコーン缶詰・ブロッコリー・ぶどう飲料 オレンジ飲料・寒天・レモン
19 木	ハヤシライス 白菜とベーコンのスープ ツナサラダ バナナ	牛乳 混ぜご飯おにぎり	豚もも・ベーコン・まぐろ缶詰 普通牛乳・油揚げ	米・調合油・ごま油・車糖・三温糖	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・キャベツ・ブロッコリー スイートコーン缶詰・きゅうり・バナナ・ごぼう にんじん
20 金	ごはん 沢煮椀 サワラの生姜焼き 切干大根の煮物 オレンジ	牛乳 コーンフレークおきつ フロック	鶏もも・かつお削り節・さわら・油揚げ 普通牛乳・豚ひき肉	米・三温糖・さつまいも・調合油 コーンフレーク	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 切干しだいこん・バレンシアオレンジ たまねぎ
21 土	焼きそば わかめスープ ブロッコリーのじゃこ和え ぼんかん	麦茶 肉そぼろおにぎり	豚もも・しらす干し・かつお削り節 鶏ひき肉	中華めん・ごま油・米・三温糖	にんじん・キャベツ・ブラックマッペもやし 青ピーマン・あおりのり・生わかめ・根深ねぎ えのきたけ・ブロッコリー・ぼんかん
24 火	ドライビーンズ きのごスープ さつま芋のサラダ いよかん	牛乳 ツナ昆布おにぎり	豚ひき肉・だいず・木綿豆腐 普通牛乳・まぐろ缶詰	米・調合油・さつまいも・三温糖 マヨネーズ・カレールウ	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・トマト缶詰 しょうが・にんにく・えのきたけ・ぶなしめじ 根深ねぎ・きゅうり・いよかん・昆布つくだ煮 ごまつな・生わかめ・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 ほうれんそう・根深ねぎ
25 水	ごはん みそ汁(小松菜) サバの甘辛だれ 白菜のおひたし ヨーグルト	牛乳 肉うどん	木綿豆腐・かつお削り節・淡色辛みそ まさば・ヨーグルト・普通牛乳・豚もも	米・かたくり粉・調合油・三温糖・うどん	ごまつな・生わかめ・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 ほうれんそう・根深ねぎ
26 木	ごはん みそ汁(白菜) とり天(大分) キャベツのじゃこ和え りんご	牛乳 スティックパン	油揚げ・淡色辛みそ・鶏もも・たまご しらす干し・普通牛乳	米・三温糖・薄力粉・調合油・食パン 有塩バター・グラニュー糖	はくさい・しょうが・にんにく・キャベツ にんじん・ブロッコリー・りんご
27 金	ごはん すまし汁(かぶ) カレイのみもじ焼き かぼちゃのそぼろ煮 でこぼん	牛乳 みそ蒸しパン	かつお削り節・まがれい・淡色辛みそ 鶏ひき肉・普通牛乳・脱脂粉乳 たまご	米・マヨネーズ・三温糖・かたくり粉 薄力粉・有塩バター・ごま	かぶ・ぶなしめじ・ま昆布・にんじん 青ピーマン・西洋かぼちゃ バレンシアオレンジ
28 土	中華そば キャベツとちくわのごま和え ぼんかん	麦茶 チャーハン風おにぎり	豚かたロース・焼き竹輪・しらす干し	中華めん・ごま・三温糖・米・ごま油	根深ねぎ・ごまつな・スイートコーン・しょうが キャベツ・にんじん・ぼんかん



誕生会

2月3日(火) …めざしが出ます。(幼児)



一日平均給与量	エネルギー	脂質	たんぱく質
幼児	556kcal	16.2g	22.8g
乳児	445kcal	13.0g	18.2g

*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
*延長のお子さんには、お菓子和茶が出ます

※2月25日(水)・・・サッカー大会 実施の場合、くまグループはジュースが出ます。(雨天3月4日(水)に延期)

《後期食》

令和8年2月 離乳食献立表

日にち	曜日	午前の食事	おやつ
2	月	豚肉と野菜の旨煮丼(5倍がゆ) スープ(わかめ) キャベツの煮びたし	鬼まんじゅう・麦茶 さつま芋・片栗粉・小麦粉 上新粉
3	火	5倍がゆ すまし汁(大根) 鮭のほぐし煮 厚揚げと野菜の炒め煮	おかゆ・麦茶 米・人参・ツナ
4	水	5倍がゆ みそ汁(なめこ) カジキのほぐし煮 じゃが芋の煮物	煮込みうどん・麦茶 うどん・わかめ
5	木	5倍がゆ スープ(チンゲン菜) 鶏肉のほぐし煮 キャベツのやわらか煮	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
6	金	5倍がゆ みそ汁(もやし) カレイのほぐし煮 ブロッコリーのおかか煮	パンがゆ・麦茶 豆乳パン・豆乳
7	土	煮込みうどん キャベツの煮びたし	おかゆ・麦茶 米・しらす
9	月	鶏肉の旨煮丼(5倍がゆ) みそ汁(チンゲン菜) かぶの煮びたし	お焼き・麦茶 じゃが芋・片栗粉
10	火	5倍がゆ みそ汁(じゃが芋) 鮭のほぐし煮 かぼちゃの煮物	煮込みうどん・麦茶 うどん・玉ねぎ・しめじ・豚肉 ほうれん草
12	木	マーボー丼(5倍がゆ) スープ(人参) キャベツとツナのやわらか煮	おかゆ・麦茶 米・油揚げ
13	金	5倍がゆ すまし汁(大根) カレイのほぐし煮 ほうれん草のおかか煮	パンがゆ・麦茶 豆乳パン・豆乳
14	土	焼き鳥丼(5倍がゆ) スープ(チンゲン菜) もやしの煮びたし	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
16	月	豚丼(5倍がゆ) スープ(豆腐) えのきと小松菜の煮びたし	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・玉ねぎ
17	火	5倍がゆ みそ汁(じゃが芋) 鶏肉のほぐし煮 大根の煮物 いよかん	パンがゆ・麦茶 豆乳パン・豆乳
18	水	5倍がゆ スープ(人参) ハンバーグ ポテトのマッシュ	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
19	木	豚肉と野菜の旨煮丼(5倍がゆ) スープ(白菜) ブロッコリーのツナ煮	おかゆ・麦茶 米・人参・油揚げ
20	金	5倍がゆ すまし汁(鶏肉) カレイのほぐし煮 大根の煮物	お焼き・麦茶 さつま芋・片栗粉
21	土	煮込みうどん スープ(わかめ) ブロッコリーのじゃこ煮	おかゆ・麦茶 米・鶏肉
24	火	豚肉と野菜の旨煮丼(5倍がゆ) スープ(えのき) さつま芋のマッシュ	おかゆ・麦茶 米・ツナ
25	水	5倍がゆ みそ汁(小松菜) 鮭のほぐし煮 白菜の煮びたし	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・ほうれん草・ねぎ
26	木	5倍がゆ みそ汁(白菜) 鶏肉のほぐし煮 キャベツのじゃこ煮	パンがゆ・麦茶 豆乳パン・豆乳
27	金	5倍がゆ すまし汁(かぶ) カレイのほぐし煮 かぼちゃのそぼろ煮	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
28	土	煮込みうどん キャベツの煮びたし	おかゆ・麦茶 米・ねぎ・しらす・人参

※都合により材料、その他を変更することがありますのでご了承ください。

※保育園の離乳食では卵・乳製品は使っておりませんが、ご家庭では月齢に合わせて摂ってください。



献立を考えるポイント

3回食が順調に進むようになると、授乳の量が減り、栄養の大半は離乳食から摂取することになります。大人と同じように、主食、主菜、副菜の3つを考えて献立をたてると、バランスがとれます。果物を野菜の代わりにしないこともたいせつです。できれば食事の中に赤、白、緑、黄、黒の色の食材を取り入れるように心がけるのも良いでしょう。

《移行食》

令和8年2月 離乳食献立表

日にち	曜日	午前の食事		おやつ	
2	月	豚肉と野菜の旨煮丼(軟飯) スープ(わかめ) キャベツのサラダ りんご	豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参 わかめ・ねぎ・えのき キャベツ・きゅうり・人参・玉ねぎ・鶏肉	鬼まんじゅう・麦茶	さつま芋・片栗粉・小麦粉 上新粉
3	火	軟飯 すまし汁(大根) 豚肉のジューシー焼き 厚揚げと野菜の炒め物 パナナ	大根・こねぎ・えのき 豚肉 玉ねぎ・キャベツ・人参・生揚げ・ピーマン	軟飯・麦茶	米・人参・ツナ
4	水	軟飯 みそ汁(なめこ) カジキのステーキ風 じゃが芋の煮物 ぼんかん	なめこ・豆腐・ねぎ カジキ・玉ねぎ 鶏肉・人参・いんげん・じゃが芋	煮込みうどん・麦茶	うどん・わかめ
5	木	軟飯 スープ(チンゲン菜) 鶏の照り焼き コールスロー りんご	チンゲン菜・しめじ 鶏肉 キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・人参・コーン	豆乳蒸しパン・麦茶	小麦粉・豆乳
6	金	軟飯 みそ汁(もやし) カレイの煮つけ ブロッコリーのおかか和え いよかん	もやし・わかめ・油揚げ カレイ ブロッコリー・人参・コーン・おかか	豆乳パン・麦茶	豆乳パン
7	土	煮込みうどん キャベツのごま和え ぼんかん	鶏肉・人参・ねぎ・油揚げ・ほうれん草 キャベツ・人参・ごま	軟飯・麦茶	米・しらす
9	月	鶏肉の旨煮丼(軟飯) みそ汁(チンゲン菜) かぶの煮びたし オレンジ	鶏肉・玉ねぎ・ねぎ チンゲン菜・生揚げ・わかめ かぶ・人参	お焼き・麦茶	じゃが芋・片栗粉
10	火	軟飯 みそ汁(じゃが芋) 鮭の照り焼き ひじきの煮物 パナナ	じゃが芋・ねぎ・人参・油揚げ・豆腐・豚肉 鮭 ひじき・人参・油揚げ・大豆・いんげん	煮込みうどん・麦茶	うどん・玉ねぎ・しめじ・豚肉 ほうれん草
12	木	マーボー丼(軟飯) スープ(人参) キャベツの甘酢和え りんご	豚肉・豆腐・玉ねぎ・ねぎ・にら 人参・もやし キャベツ・きゅうり・ツナ・人参	軟飯・麦茶	米・油揚げ
13	金	軟飯 すまし汁(大根) サバのみそ焼き ほうれん草のごま和え オレンジ	大根・人参・絹さや サバ ほうれん草・人参・えのき・ごま・キャベツ	豆乳パン・麦茶	豆乳パン
14	土	焼き鳥丼(軟飯) スープ(チンゲン菜) もやしのナムル ぼんかん	鶏肉・ねぎ・いんげん チンゲン菜・しめじ きゅうり・人参・もやし・ごま	豆乳蒸しパン・麦茶	小麦粉・豆乳
16	月	豚丼(軟飯) スープ(豆腐) えのきと小松菜の和え物 りんご	豚肉・玉ねぎ 豆腐・しめじ・人参 えのき・小松菜・人参・もやし	煮込みうどん・麦茶	うどん・豚肉・玉ねぎ
17	火	軟飯 みそ汁(じゃが芋) 鶏の照り焼き 大根の煮物 いよかん	じゃが芋・玉ねぎ・こねぎ 鶏肉 大根・人参・ピーマン	豆乳パン・麦茶	豆乳パン
18	水	豆乳パン スープ(人参) ハンバーグ ポテトサラダ オレンジ	玉ねぎ・人参・セロリ・パセリ 豚肉・玉ねぎ・パン粉・豆乳 じゃが芋・人参・きゅうり・玉ねぎ・コーン・マヨドレ	豆乳蒸しパン・麦茶	小麦粉・豆乳
19	木	豚肉と野菜の旨煮丼(軟飯) スープ(白菜) ツナサラダ パナナ	豚肉・玉ねぎ・人参・エリンギ・トマト 白菜・しめじ キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・ツナ	軟飯・麦茶	米・人参・油揚げ
20	金	軟飯 すまし汁(鶏肉) サワラの生姜焼き 大根の煮物 オレンジ	鶏肉・人参・いんげん サワラ 大根・人参・いんげん・油揚げ	お焼き・麦茶	さつま芋・片栗粉
21	土	煮込みうどん スープ(わかめ) ブロッコリーのじゃこ和え ぼんかん	豚肉・人参・キャベツ・もやし・ピーマン わかめ・ねぎ・えのき キャベツ・ブロッコリー・しらす・人参・おかか	軟飯・麦茶	米・鶏肉
24	火	豚肉と野菜の旨煮丼(軟飯) スープ(えのき) さつま芋のサラダ いよかん	豚肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・トマト えのき・ねぎ・しめじ・豆腐 さつま芋・玉ねぎ・きゅうり・人参・マヨドレ	軟飯・麦茶	米・ツナ
25	水	軟飯 みそ汁(小松菜) サバの甘辛だれ 白菜のお浸し オレンジ	豆腐・小松菜・わかめ サバ 白菜・人参・きゅうり・もやし・おかか	煮込みうどん・麦茶	うどん・豚肉・ほうれん草・ねぎ
26	木	軟飯 みそ汁(白菜) 鶏の照り焼き キャベツのじゃこ和え りんご	白菜・油揚げ 鶏肉 キャベツ・人参・ブロッコリー・しらす	豆乳パン・麦茶	豆乳パン
27	金	軟飯 すまし汁(かぶ) カレイのもみじ焼き かぼちゃのそぼろ煮 でこぼん	かぶ・しめじ カレイ・人参・ピーマン・マヨドレ かぼちゃ・鶏肉	豆乳蒸しパン・麦茶	小麦粉・豆乳
28	土	煮込みうどん キャベツのごま和え ぼんかん	豚肉・ねぎ・小松菜・コーン キャベツ・人参・ごま	軟飯・麦茶	米・ねぎ・しらす・人参

※都合により材料、その他を変更することがありますのでご了承ください。

※保育園の離乳食では卵・乳製品は使っておりませんが、ご家庭では月齢に合わせて摂ってください。

※延長のお子さんには麦茶とお菓子(赤ちゃんせんべい)が出ます。



献立を考えるポイント

3回食が順調に進むようになると、授乳の量が減り、栄養の大半は離乳食から摂取することになります。大人と同じように、主食、主菜、副菜の3つを考えて献立をたてると、バランスがとれます。果物を野菜の代わりしないこともたいせつです。できれば食事の中に赤、白、緑、黄、黒の色の食材を取り入れるように心がけるのも良いでしょう。