2026年2月

予定献立表・幼児食
【鶏卵・魚卵アレルギー対応】

ハッピーちゃいるど保育園

	卵	魚卵				
	除去対応	献立不使用				
曜日	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
午前おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食	ごはん コロッケ ごま人参 味噌汁	節分大豆カレー さわやか漬け フルーツ 菜の花スープ	ツナケチャップパスタ スティック野菜マヨ添え フルーツ スープ	ごはん 白身魚の香味揚げ ひじきの煮物 味噌汁	ごはん コーンフレークチキン 大根と高野豆腐煮 味噌汁	ごはん 白身魚のﾏﾖﾈｰｽﾞ焼 切干の煮物 味噌汁
主要食材	米・じゃが芋・鶏挽肉・玉ねぎ・小麦粉 パン粉・きゃべつ・ｸｽﾀｰｿｰｽ・ｹﾁｬｯﾌﾟ 人参・ごま油・ごま・味噌	米・豚挽肉・大豆水煮・玉ねぎ・人参 じゃが芋・ｶﾚｰﾙｳ・きゃべつ・胡瓜・酢 レモン汁・フルーツ	スパゲティ・玉ねぎ・ツナ缶・ｹﾁｬｯﾌﾟ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・大根・胡瓜・人参・ﾏﾖﾈｰｽﾞ フルーツ	米・たら・しょうが汁・片栗粉 青のり・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ひじき・人参 高野豆腐・味噌	米・鶏肉・しょうが汁・マヨネーズ ｺｰﾝﾌﾚｰｸ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・トマト・大根 高野豆腐・いんげん・味噌	米・たら・小麦粉・マヨネーズ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・切干大根・人参・いんげん 味噌
おやつ	マカロニきなこ 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	ジャムサンド 牛乳	さつま芋蒸しパン 牛乳	バナナヨーグルト 牛乳	フレンチトースト 牛乳
主要食材	マカロニ・きな粉	米・しらす・人参	食パン・いちごジャム	ホットケーキミックス・豆乳 さつま芋	ヨーグルト・バナナ	食パン・豆乳・マーガリン
1・2歳 栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514.0 kcal 蛋白質 19.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 509.0 kcal 蛋白質 17.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 450.0 kcal 蛋白質 17.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 491.0 kcal 蛋白質 19.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 494.0 kcal 蛋白質 24.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 492.0 kcal 蛋白質 18.0 g
3～5歳 栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 540.0 kcal 蛋白質 21.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 538.0 kcal 蛋白質 18.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 483.0 kcal 蛋白質 19.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 507.0 kcal 蛋白質 21.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 511.0 kcal 蛋白質 26.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 505.0 kcal 蛋白質 19.4 g
日	9	10	11	12	13	14
午前おやつ	お菓子	お菓子	建国記念の日	お菓子	お菓子	お菓子
昼食	ごはん 鶏のﾚﾓﾝしょうゆ煮 胡麻マヨ和え 味噌汁	人参ごはん 鶏肉の竜田揚げ 大根のナムル 味噌汁		ごはん 白身魚の味噌焼き 大豆サラダ すまし汁	菜めし 大根と豚肉の照り煮 人参しりしり 味噌汁	ごはん 肉じゃが 白菜のツナ和え 味噌汁
主要食材	米・鶏肉・長ねぎ・しょうが汁 レモン汁・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・人参・きゃべつ 胡瓜・ごま・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・味噌	米・人参・鶏肉・しょうが汁・片栗粉 トマト・大根・胡瓜・ごま油・酢 味噌		米・若芽・たら・味噌・いんげん 人参・大豆水煮・胡瓜・マカロニ ﾏﾖﾈｰｽﾞ	米・菜めし・大根・人参・しめじ 豚肉・玉ねぎ・ごま油・片栗粉 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ツナ缶・味噌	米・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・白菜・胡瓜・ツナ缶 ごま油・味噌
おやつ	キャロットケーキ 牛乳	じゃがもち 牛乳		ｼﾞｭｰｼｰ(沖縄風ご飯) 牛乳	バナナブラウニー 牛乳	アップルポンチ 牛乳
主要食材	ホットケーキミックス・マーガリン 豆乳・人参	じゃが芋・片栗粉		米・鶏挽肉・人参・小ねぎ	小麦粉・ココア・BP・豆乳 バナナ	バナナ・りんごジュース
1・2歳 栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 471.0 kcal 蛋白質 20.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 513.0 kcal 蛋白質 17.2 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 506.0 kcal 蛋白質 22.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 511.0 kcal 蛋白質 19.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 496.0 kcal 蛋白質 19.6 g
3～5歳 栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 503.0 kcal 蛋白質 22.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 546.0 kcal 蛋白質 18.5 g		ｴﾈﾙｷﾞｰ 550.0 kcal 蛋白質 25.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 520.0 kcal 蛋白質 19.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514.0 kcal 蛋白質 21.6 g
日	16	17	18	19	20	21
午前おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食	ごはん 白身魚の野菜甘酢あん ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 鶏のから揚げ 南瓜のｵｰﾛﾗｿｰｽ スープ	ごはん 豆腐ハンバーグ キャベツの胡麻和え 味噌汁	スタミナごはん 南瓜の煮物 もやしの和え物 味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 人参コーンサラダ 味噌汁	ごはん 麻婆だいこん スパゲティサラダ スープ
主要食材	米・たら・小麦粉・玉ねぎ・人参 ピーマン・ｹﾁｬｯﾌﾟ・酢・片栗粉・胡瓜 じゃが芋・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・味噌	米・鶏肉・しょうが汁・片栗粉・小麦粉 トマト・南瓜・胡瓜・コーン マヨネーズ・ケチャップ	米・豆腐・鶏挽肉・長ねぎ・人参 ひじき・パン粉・片栗粉・きゃべつ ほうれん草・ごま・味噌	米・豚肉・しょうが汁・玉ねぎ・人参 にら・片栗粉・南瓜・もやし・胡瓜 味噌	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・いんげん 片栗粉・胡瓜・コーン・酢・味噌	米・大根・鶏挽肉・玉ねぎ・長ねぎ 人参・味噌・片栗粉・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・胡瓜 きゃべつ・ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ・ツナ缶・ﾏﾖﾈｰｽﾞ
おやつ	◆お楽しみおやつ⇒都度対応 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	マシュマロおこし 牛乳	ツナおにぎり 牛乳	バナナスクエア 牛乳	豆乳もち 牛乳
主要食材		米・若芽	マシュマロ・コーンフレーク マーガリン	米・ツナ缶・人参	ホットケーキミックス・豆乳 バナナ・レモン汁	豆乳・片栗粉・きな粉
1・2歳 栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 505.0 kcal 蛋白質 16.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 494.0 kcal 蛋白質 17.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 492.0 kcal 蛋白質 17.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 487.0 kcal 蛋白質 20.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 484.0 kcal 蛋白質 18.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 508.0 kcal 蛋白質 18.4 g
3～5歳 栄養価	ｴﾈﾙｷﾞｰ 541.0 kcal 蛋白質 18.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 507.0 kcal 蛋白質 19.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 531.0 kcal 蛋白質 19.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514.0 kcal 蛋白質 22.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 528.0 kcal 蛋白質 22.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 523.0 kcal 蛋白質 19.0 g

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。

曜日	月	火	水	木	金	土
日	23	24	25	26	27	28
午前おやつ	2.23 天皇誕生日	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食		焼きうどん 南瓜の煮物 だいコーンサラダ 味噌汁	ごはん さつま芋と鶏の甘辛煮 白菜の煮浸し 味噌汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼 さつま芋サラダ すまし汁	豆腐の肉味噌丼 ｽﾃｨｯｸ野菜ﾏﾖ添え フルーツ すまし汁	ごはん 大根と鶏肉の照り煮 白和え風サラダ 味噌汁
主要食材		うどん・豚肉・玉ねぎ・きゃべつ・人参 青のり・南瓜・大根・胡瓜・コーン マヨネーズ	米・さつま芋・鶏挽き肉・人参 いんげん・片栗粉・白菜・もやし 味噌	米・ほっけ・味噌・ごま油・長ねぎ・人参 いんげん・さつま芋・胡瓜・玉ねぎ ﾏﾖﾈｰｽﾞ	米・豆腐・豚挽肉・人参・玉ねぎ 小ねぎ・味噌・片栗粉・大根・胡瓜 マヨネーズ・フルーツ	米・大根・しめじ・鶏肉・玉ねぎ ごま油・片栗粉・いんげん・豆腐 ﾏﾖﾈｰｽﾞ・人参・胡瓜・味噌
おやつ		鮭おにぎり 牛乳	ホットケーキ 牛乳	フレンチトースト 牛乳	マカロニナポリタン 牛乳	アップルゼリー 牛乳
主要食材		米・さけフレーク	ホットケーキミックス・豆乳 マーガリン	食パン・豆乳・マーガリン	マカロニ・ツナ缶・人参・玉ねぎ ｹﾁｬｯﾌﾟ・ﾊﾟｾﾘ粉	アガー・りんごジュース
1・2歳 栄養価		ｴﾈﾙｷﾞｰ 475.0 kcal 蛋白質 18.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 495.0 kcal 蛋白質 19.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 501.0 kcal 蛋白質 17.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 490.0 kcal 蛋白質 18.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 460.0 kcal 蛋白質 18.5 g
3～5歳 栄養価		ｴﾈﾙｷﾞｰ 516.0 kcal 蛋白質 21.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 512.0 kcal 蛋白質 23.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 517.0 kcal 蛋白質 19.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 547.0 kcal 蛋白質 22.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 505.0 kcal 蛋白質 20.7 g

暦の上では立春を迎えましたが、まだまだ厳しい寒さが続きますね。早く春が来ないかと、みんなで心待ちにしている今日この頃です。2月は『如月(きさらぎ)』とも呼ばれます。冬の寒さに備えて『衣更着(きさらぎ)』と重ね着をするのが由来とか。子どもたちの元気な姿を見ていると、私たちも背筋が伸びる思いです。

「おにはそと！ふくはうち！」いよいよ節分の季節がやってきました。子どもたちは、豆まきをする準備万端です。まだまだ寒い日が続きますので、園でも手洗いうがいを心がけ、元気に過ごしたいと思います。

空気が乾燥していて、この季節特有の感染症にも気を付けなければいけない季節が続きます。しっかりと予防対策をして乗り切りたいと思います。

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。
●ホットケーキミックス・カレールウとシチュールウは卵・乳製品不使用のものを使用しております。
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。
■りんごは、離乳完了期までは加熱したものを提供しています。
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。

株式会社 セプト