

令和8年 2月

こんだてよていひょう

日曜日	午前のおやつ (乳児)	副食(乳幼児)	3時のおやつ (乳幼児)	赤 血や肉や骨になるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子をととのえるもの
2月	牛乳	高野豆腐の卵とじ きゅうりとパインの酢の物 中華スープ オレンジ	カルピス バームクーヘン	牛乳 高野豆腐 卵 春雨 焼豚 カルピス	精白米	いんげん しめじ きゅうり 長ねぎ 人参 パイン缶 オレンジ
3火	(節分) オレンジ ジュース	福々ごはん マカロニサラダ けんちん汁 ナゲット グレープフルーツ	牛乳 鬼パン	牛乳 福豆 ハム 豆腐 ナゲット	精白米 里芋 マカロニ さつま芋 小麦粉	オレンジジュース きゅうり 人参 ごぼう 大根 グレープフルーツ
4水	牛乳	里芋と挽肉のカレー 白菜のコールスローサラダ 福神漬 クロレラ 桃缶	麦茶 フライドポテト	牛乳 竹輪 豚挽肉 クロレラ	精白米 里芋 じゃが芋	人参 長ねぎ コーン缶 白菜 福神漬 桃缶
5木	いちご オレ	焼きうどん ほうれん草のごま和え 野菜ジュース パナナ	牛乳 ブルーベリーサンド	いちごオレ 豚肉 なた 牛乳	うどん ごま 食パン	白菜 人参 ほうれん草 長ねぎ 野菜ジュース パナナ
6金	牛乳	麻婆豆腐 きゅうりのツナ和え アンパンマンポテト みかん	カルピス ミニドーナツ	牛乳 豆腐 シーチキン カルピス	精白米 じゃが芋	長ねぎ エリンギ きゅうり みかん
7土	野菜 ジュース	ハヤシライス 麦茶 パナナ	クロレラ せんべい	豚肉 クロレラ	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 人参 玉ねぎ パナナ
9月	(食育) マミー	おうちべんとう	麦茶 ふかし芋	マミー	さつま芋	
10火	豆乳	野菜入り味噌ラーメン クロレラアップル わかめときゅうりの酢の物 いちご	牛乳 ロッククッキー	豆乳 豚肉 わかめ 牛乳 卵 しらす干し クロレラアップル	中華麺 小麦粉 パター アーモンドダイス	白菜 人参 長ねぎ もやし コーン缶 きゅうり いちご
11水	建国記念の日					
12木	牛乳	豚肉と野菜の味噌炒め わかめスープ さつま芋ときゅうりの合わせ パナナ	麦茶 フランクフルト	牛乳 豚肉 フランクフルト わかめ	精白米 さつま芋	キャベツ 人参 きゅうり もやし いら コーン缶 玉ねぎ パナナ
13金	ぶどう ジュース	コロッケ 五目ナムル いよかん 白菜と春雨のスープ	牛乳 ココアマフィン	ささみ 春雨 牛乳 卵	精白米 じゃが芋 小麦粉 バター	ぶどうジュース ほうれん草 もやし 人参 きゅうり 白菜 エリンギ 小松菜 いよかん
14土	野菜 ジュース	クリームシチュー 麦茶 パナナ	クロレラアップル ハーベスト	豚肉 クロレラアップル	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ
16月	牛乳	かじきの野菜ソース焼き グリーンサラダ いら玉スープ オレンジ	カルピス ビスコ	牛乳 かじき鮭 ハム 卵 カルピス	精白米	人参 ビーマン レタス いら キャベツ きゅうり 玉ねぎ オレンジ
17火	野菜 ジュース	ナポリタン チップサラダ 牛乳 キウイフルーツ	のむヨーグルト ホットケーキ	豚挽肉 サラミソーセージ 牛乳 卵 のむヨーグルト	スパゲティ ホットケーキミックス	野菜ジュース ビーマン 玉ねぎ レタス きゅうり 人参 キウイフルーツ
18水	アップル ジュース	酢豚 ひじきのツナ和えサラダ 味噌汁 ぼんかん	牛乳 クロワッサン	豚肉 ひじき シーチキン 油揚げ 牛乳 豆腐 わかめ	うどん クロワッサン	アップルジュース エリンギ 玉ねぎ ビーマン パイン缶 ほうれん草 ぼんかん 人参 レタス
19木	牛乳	じゃが芋ベーコン炒め キャベツスープ ゆでブロッコリーのしらす和え パナナ	ヨーグルト和え	牛乳 ベーコン しらす干し なた ヨーグルト	精白米 じゃが芋	玉ねぎ ビーマン ブロッコリー コーン缶 キャベツ きくらげ もやし パナナ 桃缶 パイン缶 みかん缶 チェリー缶
20金	のむ ヨーグルト	クリームシチュー リヨネーズサラダ 野菜ジュース いよかん	牛乳 スチームチーズケーキ	のむヨーグルト 豚肉 牛乳 シーチキン チーズ 卵	精白米 じゃが芋 小麦粉 マーガリン	玉ねぎ 人参 野菜ジュース レタス きゅうり いよかん
21土	野菜 ジュース	ポークカレー 麦茶 パナナ	クロレラ せんべい	豚肉 クロレラ	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ
23月	天皇誕生日					
24火	(誕生会) 牛乳	ポテトチーズ焼き カニ風味サラダ コーンスープ いちご	プリン生クリーム添え	牛乳 シーチキン 生クリーム カニかまぼこ 卵 プリン	精白米 じゃが芋	玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり コーン缶 いちご
25水	牛乳	五目うどん きゅうりとかぶの塩もみ クロレラ グレープフルーツ	麦茶 焼きおにぎり	牛乳 なたと 油揚げ クロレラ	うどん 精白米	長ねぎ 人参 エリンギ きゅうり グレープフルーツ かぶ
26木	いちご オレ	ツナポテトサラダ しらす入り納豆 ウィンナー 味噌汁 パナナ	牛乳 コーンスープ	いちごオレ シーチキン 牛乳 ウィンナー しらす干し 納豆 油揚げ わかめ	精白米 じゃが芋	人参 きゅうり コーン缶 小松菜 パナナ
27金	マミー	ポークビーンズ かぼちゃサラダ ふりかけ チーズ竹輪 ぼんかん	牛乳 だんご(ハーベスト)	ベーコン 豚肉 水煮大豆 卵 マミー チーズ竹輪 牛乳	精白米 じゃが芋 だんご	玉ねぎ 人参 かぼちゃ ぼんかん
28土	野菜 ジュース	ビーフシチュー 麦茶 パナナ	クロレラアップル ハーベスト	豚肉 クロレラアップル	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ