



# 2月献立表



2026.1.30

納内保育園

日	曜	午前おやつ 3歳未満児	食 全園児	3歳未満	午後おやつ 全園児	備考	
2	16	月	牛乳 キウイ	ツナ入りコロッケ 3色ごまあえ みそ汁(厚揚げ・しめじ) りんご のり佃煮	ごはん	牛乳 麩のラスク	
3 節分	火	牛乳 バナナ	🐱ネバーネバー鬼退治🐱 鬼の顔ごはん ウィンナー ブロッコリー 中華風わかめスープ つきこんのかか煮			牛乳 鬼ケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
	17	火	牛乳 バナナ	豆腐のふんわり焼き 4色きんぴら みそ汁(キャベツ・もやし) みかん	ごはん	牛乳 ホットケーキ	
4	18	水	牛乳 オレンジ	鮭のパン粉焼き さつまいもサラダ みそ汁(わかめ・油揚げ・ねぎ) パイン	ごはん	牛乳 ぶどうゼリー カルシウムせん	
5	19	木	牛乳 りんご	みそ煮込みうどん うの花煮 バナナ		牛乳 いも団子	3歳以上児 おにぎりの日
6	金	フルーツ ヨーグルト	レバー入りカレー 豆腐のサラダ 白菜とえのきのスープ	ごはん	牛乳 ☆するめ ジャムクラッカー (りんご)		
	20 誕生会	金	フルーツ ヨーグルト	♪わくわく誕生会ランチ♪ カレーライス 豆腐サラダ ぶどうジュース パイン		牛乳 かわいいだけじゃ だめですか。 マシュマロフレック	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
7	21	土	牛乳 果物	あんかけ焼きうどん スイスポテト 果物 麦茶		飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
9	23	月	牛乳 バナナ	大根ひじきのひき肉煮 ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁(じゃが芋・揚げ) いよかん	ごはん	牛乳 豆腐ドーナツ	
10	24	火	牛乳 オレンジ	たらの磯辺揚げ ごま酢和え みそ汁(高野豆腐・なめこ・たまねぎ) りんご	ごはん	牛乳 ストーンクッキー	
11	25	水	牛乳 バナナ	マカロニグラタン ブロッコリーサラダ かぶのスープ いよかん	食パン	ヨーグルトの フルーツ添え せんべい(きなこ)	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
12	26	木	牛乳 グレープ フルーツ	しょうゆラーメン ナムル風 バナナ		牛乳 ☆昆布 変わったアップパイ	3歳以上児 おにぎりの日
13	27	金	フルーツ ヨーグルト	高野豆腐とひき肉の煮物 バイクドおさつ みそ汁(大根・水菜) パイン	ごはん	牛乳 ココアトースト	
14	28	土	牛乳 果物	和風スパゲティ ほうれん草のソテー 果物 麦茶		飲み物 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません

\* 2月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 453kcal、たんぱく質 17.2g、脂質 14.5g、塩分 1.6gが平均給与量です。

\* 2月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 386kcal、たんぱく質 17.4g、脂質 16.8g、塩分 2.0gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、

午後のおやつ時に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。