



# 荒川区立第二東日暮里保育園献立予定表（令和8年2月分）



日曜	おひる	おやつ	主な材料			栄養価(幼児)	
			熱や力になる(黄)	血や肉になる(赤)	体の調子を整える(緑)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
2月 16	ナポリタン キャベツスープ にんじんの甘煮 果物	牛乳 青菜そぼろおにぎり	バルケッティ油 砂糖 米	ベーコン 鶏ひき肉 ツナ缶(水煮) 牛乳	たまねぎ にんじん ビーマン キャベツ りんご 青菜	565	20.6
3火	魚のかば焼丼 すまし汁(たまねぎ・えのき) ひじきサラダ 果物	牛乳 鬼まんじゅう	米 片栗粉 油 砂糖 小麦粉 さつまいも	いわし 水煮大豆 牛乳 豆乳	しょうが あおのりえのきたけ たまねぎ キャベツ にんじん ひじき みかん	609	22.7
17火	魚のかば焼丼 すまし汁(たまねぎ・えのき) ひじきサラダ 果物	牛乳 シュガートースト	米 片栗粉 油 砂糖 食パン バター	生鮭 水煮大豆 牛乳	しょうが あおのりえのきたけ たまねぎ キャベツ にんじん ひじき みかん	581	24.4
4水 18	ロールパン 和風カレースープ 鶏肉のバーベキュー・ソース煮 ゆでブロッコリー(マヨドレ) 果物	牛乳 ミルククッキー	ロールパン 油 片栗粉 砂糖 マヨドレ バター 小麦粉	ウインナー 鶏肉 牛乳 スキムミルク	たまねぎ にんじん キャベツ りんご レモン ブロッコリー バナナ	578	21.9
5木 19	ひじきふりかけごはん みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) 鶏肉の香り焼き 切干大根の煮物 果物	牛乳 お麸きなこラスク	米 いりごま 砂糖 油 ふ グラニュー糖	削り節 みそ 鶏肉 油揚げ 牛乳 きなこ	ひじき かぼちゃ たまねぎ 長ねぎ しょうが 切干大根 にんじん さやいんげん りんご	591	22.6
6金 20	しょうゆラーメン チーズ入りさつまいもサラダ 果物	牛乳 五平もち	中華めん 砂糖 さつまいも マヨドレ 米油 すりごま	豚肉 チーズ 牛乳 みそ	キャベツ にんじん 長ねぎ ホールコーン 塩蔵わかめ きゅうり みかん	563	20.0
7土 21	鶏の照焼丼 すまし汁(青菜・えのき) 甘酢ツナサラダ 果物	牛乳 菓子	米油 砂糖 片栗粉 菓子	鶏肉 ツナ缶 牛乳	たまねぎ 刻みのり えのきたけ 青菜 キャベツ にんじん バナナ	565	21.9
9月 24	ごはん わかめスープ 豆腐の中華煮 ナムル 果物	牛乳 メロンパン	米ごま油 砂糖 片栗粉 メロンパン	豚肉 木綿豆腐 牛乳	塩蔵わかめ 長ねぎ にんにく にんじん はくさい しいたけ 青菜 もやし しょうが りんご	537	20.3
10火 25	ロールパン オニオンスープ 白菜メンチ ゆで野菜・ソース 果物	牛乳 わかめおにぎり	ロールパン 油 砂糖 パン粉 小麦粉 米	豚ひき肉 スキムミルク 鶏卵 牛乳	たまねぎ マッシュルーム はくさい キャベツ にんじん バナナ 乾燥わかめ	608	21.5
12木 26	米粉のカレーライス 千草あえ 果物	牛乳 にゅうめん	米油 じゃがいも 米粉 しらたき 砂糖 そうめん	豚肉 油揚げ 鶏卵 牛乳 鶏肉	にんにく しょうが にんじん たまねぎ トマトピューレー りんご 青菜 みかん はくさい	568	22.2
13金 27	ごはん すまし汁(かぶ・かぶ葉) 煮魚 青菜とにんじんのごまだれかけ 果物	牛乳 きなこミルクトースト	米 砂糖 すりごま 食パン バター	かじき 牛乳 スキムミルク きなこ	かぶ かぶ葉 しょうが 青菜 にんじん バナナ	539	23.3
14土 28	カレーうどん 和風サラダ チーズ 果物	牛乳 ゆかりおにぎり	うどん 油 砂糖 片栗粉 米	豚肉 チーズ 牛乳	たまねぎ にんじん キャベツ 塩蔵わかめ ホールコーン みかん ゆかり	540	20.7

- \* 1・2歳児には、午前に牛乳を提供します。
- \* 1・2歳児には、3~5歳児の8割量を提供します。
- \* 延長保育には、茶と菓子を提供します。
- \* 予定している果物は、りんご・みかん・バナナです。
- \* この献立は、保育園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。



今月の新メニュー  
**「和風カレースープ」**  
 からだがぽかぽかと  
 あたたまる  
 カレー風味のスープです

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
幼児	月平均 569	21.7
	目標量 570	18.4 ~ 28.4g
乳児	月平均 494	19.5
	目標量 510	16.5 ~ 25.4g