



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日	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	スパゲッティ 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 ピーマン キャベツ りんご 青菜	565	20.6
3月17日	魚のかば焼井 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
4月18日	魚のかば焼井 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
5月19日	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
6月20日	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 お駄きなコラスク	米 いりごま 砂糖 油 ぶ 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
7月21日	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
8月21日	鶏の照焼井 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日	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月25日	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月26日	米粉のカレーライス 干草あえ 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 りんご 青菜 みかん はくさい	568	22.2
13月27日	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月28日	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