

2026年 2月 献立表

日付	献立名	材料	主食	フルーツ	おやつ
2月16日	鶏肉のねぎ塩焼き 白菜の煮浸し 大根サラダ 卵スープ	鶏肉、白ねぎ、ごま油、サラダ油、にんにく、塩 白菜、人参、油揚げ、上白糖、みりん、酒、しょうゆ、だし 大根、コーン、きゅうり、ツナ、マヨネーズ、ごま 卵、わかめ、玉ねぎ、鶏がらだし	ごはん	バナナ	牛乳 ☆ブラウニー 薄力粉、卵、ココア、バター、上白糖
4月18日	厚揚げの中華風煮 春雨の炒め物 ブロッコリーとハムのサラダ さつまいものみそ汁	厚揚げ、豚ひき肉、玉ねぎ、しいたけ、にら、しょうが、にんにく、サラダ油、上白糖、しょうゆ、片栗粉 春雨、人参、ピーマン、ごま油、酒、上白糖、しょうゆ ブロッコリー、パプリカ、ハム、マヨネーズ さつまいも、玉ねぎ、みそ、だし	ごはん	みかん	牛乳 ☆メロンパン風スコーン 薄力粉、ベーキングパウダー、卵 バター、上白糖、グラニュー糖
5月19日	鮭のビザ風焼き さつま芋のレモン煮 キャベツのフレンチサラダ コンソメスープ	鮭、酒、ケチャップ、ピーマン、チーズ さつま芋、レモン果汁、上白糖 キャベツ、きゅうり、人参、上白糖、酢、オリーブ油、塩 玉ねぎ、人参、卵、コンソメ	ごはん	バナナ	牛乳 ☆抹茶小豆ケーキ 薄力粉、卵、ベーキングパウダー 上白糖、牛乳、抹茶、小豆、バター
6月20日	豚肉のプルコギ かぼちゃの煮物 きゅうりのナムル わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、にら、にんにく、上白糖、しょうゆ、ごま油 かぼちゃ、上白糖、しょうゆ、みりん、だし きゅうり、パプリカ、しょうゆ、上白糖、ごま油、ごま わかめ、豆腐、鶏がらだし	ごはん	みかん	牛乳 ☆ジャムサンド 食パン、りんごジャム
7月21日	そばろ丼 キャベツのみそ汁	米、豚ひき肉、玉ねぎ、パプリカ、しょうゆ、上白糖、ごま油 キャベツ、人参、みそ、だし	ごはん	フルーツ	牛乳 ひこうきビスケット
9月17日	ぶりの照り焼き きゅうりとツナの酢の物 炒り豆腐 白菜のみそ汁	ぶり、しょうゆ、酒、みりん、上白糖、片栗粉 きゅうり、ツナ、わかめ、酢、上白糖、塩 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、ひじき、人参、青ねぎ、しょうゆ、みりん 上白糖、酒、だし、サラダ油 白菜、しめじ、玉ねぎ、みそ、だし	ごはん	バナナ りんご	牛乳 ☆スイートポテト さつまいも、上白糖、バター、卵
10月24日	鶏肉のチリソース焼き じゃが芋のオイスターソース炒め マカロニサラダ わかたまスープ	鶏肉、酒、ケチャップ、上白糖、塩、片栗粉 じゃが芋、しめじ、オイスターソース、上白糖、しょうゆ、サラダ油、酒 マカロニ、人参、きゅうり、パプリカ、マヨネーズ、塩 わかめ、卵、鶏がらだし	ごはん	みかん	牛乳 ☆レモンケーキ 卵、上白糖、ヨーグルト、薄力粉 ベーキングパウダー、バター、粉糖 レモン果汁
25日	鮭のムニエル カリフラワーのトマト煮 キャベツのコールスロー なめこのみそ汁	鮭、塩、薄力粉、パセリ、バター カリフラワー、ブロッコリー、ベーコン、玉ねぎ、トマト缶、コンソメ、 キャベツ、人参、コーン、マヨネーズ、酢、上白糖、塩 なめこ、豆腐、玉ねぎ、みそ、だし	ごはん	りんご	牛乳 ☆ココア蒸しパン 薄力粉、上白糖、ベーキングパウダー ココア、卵、牛乳、サラダ油
12月26日	和風ホイコーロー 青のりとしらすの厚焼き卵 白和え じゃが芋のスープ	豚肉、キャベツ、ピーマン、玉ねぎ、みそ、上白糖、しょうゆ、サラダ油 卵、青のり、しらす、だし、しょうゆ、みりん 豆腐、ひじき、ほうれん草、人参、こんにゃく、しょうゆ、上白糖、ごま じゃが芋、人参、コーン、コンソメ	ごはん	バナナ	牛乳 ☆もちもちきなこドーナツ 薄力粉、上白糖、ベーキングパウダー 豆腐、サラダ油、きなこ
13月27日	鯖のゆずみそ焼き ★がめ煮 小松菜のごま和え 玉ねぎのすまし汁	鯖、ゆず果汁、上白糖、みそ、みりん 鶏肉、こんにゃく、人参、ごぼう、じゃがいも 乾しいたけ、上白糖、しょうゆ、みりん、だし 小松菜、パプリカ、しょうゆ、上白糖、ごま 玉ねぎ、わかめ、えのき、しょうゆ、みりん、塩、だし	ごはん	みかん	牛乳 ☆クッキー 薄力粉、卵、ベーキングパウダー 上白糖、バター
28日	ジャージャー麺 きのこスープ	中華麺、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、しょうが、赤みそ、酒 上白糖、しょうゆ、ごま油、片栗粉 しめじ、えのき、人参、鶏がらだし	中華麺	フルーツ	牛乳 星っこ

お楽しみメニュー

3月	鬼のキーマカレー 大豆サラダ 粉ふき芋 白菜ときのこのスープ	米、豚ひき肉、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン、人参、カレール ウ、トマト缶、ウスターソース、ケチャップ 大豆、人参、きゅうり、塩、マヨネーズ じゃが芋、パセリ、塩 白菜、しめじ、コーン、塩、コンソメ	ごはん	りんご	牛乳 ☆ロールサンド 食パン、ホイップクリーム、上白糖 みかん缶
----	---	---	-----	-----	---

・旬の食べ物 はくさい ブロッコリー さわら

・☆のついているおやつは手作りおやつです。

・3歳未満児は牛乳と月・木は鉄塩せんべい、その他の曜日は袋菓子の朝のおやつがつきます。

・だしは昆布とかつおでとっています。

「がめ煮」は福岡県の代表的な郷土料理で、博多の方言「がめくりこむ」(寄せ集めるの意味)が名前由来とされています。

白菜の旬は11月～2月頃。風邪予防に効果的な「ビタミンC」が豊富に含まれており、食物繊維やカリウムも豊富。

★印のついているメニューは福岡県の郷土料理を取り入れたものです。