

献立表（乳児）

2026年2月

SunSun保育園

日 曜	時間帯		材 料 名	18 水	昼食	親子丼 白菜のすまし汁 パイン	米、水、鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、しょうゆ、本みりん、かつおだし汁、卵、みつば、焼きのり はくさい、えのきたけ、葉ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 エネルギー474kcal 食塩1.8g				
2 月	昼食	ごはん 甘辛チャップチエ きゅうりの華風サラダ ミニトマト、パイン	米、水 豚ひき肉、春雨、玉ねぎ、人参、ピーマン、にら、ごま、ごま油、水、砂糖、しょうゆ、酒、中華だし、おろしにんにく きゅうり、にんじん、もやし、しらたき、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 エネルギー452kcal 食塩1.9g	19 木	午後おやつ	ツナマヨピザ、牛乳	ぎょうざの皮、マヨネーズ、ツナ油漬缶、パセリ粉、とろけるチーズ、コーン缶				
		午後おやつ	フライビーンズ、牛乳								
3 火	昼食	手巻き寿司 ちくわの磯部揚げ たまねぎのみそ汁 バナナ	米、ツナ水煮缶、かにかまぼこ、焼きのり、きゅうり、豚肉 ちくわ、小麦粉、あおのり、水、油 たまねぎ、にんじん、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ エネルギー536kcal 食塩2.0g	20 金	午後おやつ	お菓子、牛乳	米、あおのり、めんつゆ・ストレート たら、食塩、酒、たまねぎ、えのきたけ、油、しょうゆ、レモン果汁 たまねぎ、人参、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ プロッコリー、塩昆布 みかん エネルギー535kcal 食塩1.6g				
		午後おやつ	大豆とじゃこの甘辛煮、牛乳								
4 水	昼食	納豆そぼろ丼 三糸湯 パイン	米、豚ひき肉、挽きわり納豆、キャベツ、小松菜、玉ねぎ、人参、コーン、油、酒、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま油 ベーコン、卵、キャベツ、にんじん、ねぎ、おろししょうが、中華スープ、酒、食塩、水 エネルギー457kcal 食塩0.9g	21 土	午後おやつ	オレンジムース	ゼラチン、水、ヨーグルト(無糖)、砂糖、オレンジ濃縮果汁、生クリーム、オレンジ エネルギー468kcal 食塩1.5g				
		午後おやつ	フルーツヨーグルト								
5 木	昼食	麦ごはん さばの塩焼き キャベツのごまポンサラダ きのこ味噌汁 みかん	米、押麦、水 さば、食塩 キャベツ、しそ、にんじん、ベーコン、ポン酢、ごま油、砂糖、あごだし汁 木綿豆腐、小松菜、えのきたけ、ねぎ、かつおだし汁、みそ、まいたけ エネルギー480kcal 食塩1.6g	23日 月曜日	天 皇 誕 生 日						
		午後おやつ	さつま芋の甘煮、牛乳								
6 金	昼食	麦ごはん 鶏のから揚げ さつま芋の味噌汁 プロッコリーのサラダ オレンジ	米、押麦、水 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 さつまいも、人参、白菜、小松菜、油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、みそ、卵 プロッコリー、ツナ油漬缶、卵、マヨネーズ、食塩 エネルギー596kcal 食塩2.0g	24 火	午後おやつ	ソイベリーヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、ブルーベリージャム、絹ごし豆腐、砂糖 エネルギー400kcal 食塩1.8g				
		午後おやつ	お菓子、牛乳								
7 土	昼食	野菜そぼろ丼 のりの中華スープ パイン	米、豚ひき肉、にんじん、にら、もやし、はるさめ、ごま油、しょうゆ、砂糖、食塩 じゃがいも、はるさめ、ねぎ、中華だしの素、水、しょうゆ、焼きのり エネルギー574kcal 食塩1.5g	25 水	午後おやつ	お菓子、牛乳	エネルギー600kcal 食塩1.7g				
		午後おやつ	お菓子								
9日 月曜日	お 弁 当 の 日										
10 火	昼食	手作りわかめ御飯 たらの煮付け ひじきの栄養サラダ 卵のみそ汁 パイン	米、生わかめ、ごま、食塩、ごま油 たら、水、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 ツナ水煮缶、ひじき、人参、コーン、キャベツ、しょうゆ、ごまドレッシング、ごま油、枝豆 たまねぎ、にんじん、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ エネルギー539kcal 食塩2.7g	26 木	午後おやつ	マカロニのあべかわ、牛乳	マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 エネルギー527kcal 食塩1.4g				
		午後おやつ	揚げパンきなこ、牛乳								
12 木	昼食	スティックパン ハンバーグ パスタサラダ フライドポテト コンソメスープ 一口ゼリー	スティックパン 鶏ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、油、片栗粉、食塩、ケチャップ マカロニ、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ油漬缶、マヨネーズ、ハム フライドポテト、食塩 キャベツ、ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、にんじん、たまねぎ エネルギー539kcal 食塩1.8g	27 金	午後おやつ	コーンフレーク、牛乳	コーンフレーク エネルギー419kcal 食塩1.8g				
		午後おやつ	ココアケーキ、牛乳								
13 金	昼食	お楽しみカレーライス コールスローサラダ ミニトマト、バナナ	牛ひき肉、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、枝豆、まいたけ ハム、キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、食塩、マヨネーズ エネルギー435kcal 食塩1.7g	28日 土曜日	お 弁 当 の 日						
		午後おやつ	お菓子、牛乳								
14日 土曜日	生 活 発 表 会										
16 月	昼食	麦ごはん マーボー豆腐 海藻サラダ みかん	米、押麦、水 木綿豆腐、豚ひき肉、にら、人参、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 ハム、塩こんぶ、角かんてん、キャベツ、こまつな、コーン缶、酢、ごま油、砂糖、食塩、しょうゆ、ごま エネルギー449kcal 食塩1.7g	18 水	昼食	親子丼 白菜のすまし汁 パイン	米、水、鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、しょうゆ、本みりん、かつおだし汁、卵、みつば、焼きのり はくさい、えのきたけ、葉ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 エネルギー474kcal 食塩1.8g				
		午後おやつ	ジャーマンポテト、牛乳								
17 火	昼食	SUNNY SIDE UPのパン きのこスパゲッティ コンソメスープ プロッコリー、バナナ	ロールパン スパゲッティ、パター、人参、玉ねぎ、ベーコン、えび、まいたけ、えのきたけ、食塩、醤油、酒 じゃがいも、洋風だしの素、パセリ粉、食塩、たまねぎ、にんじん エネルギー445kcal 食塩1.7g								
		午後おやつ	豆乳もち、チーズ								

☆表記の一日の栄養量は3歳未満の乳児で計算しています。

☆献立は材料の仕入れ状況により変更する場合があります。
実施しに献立は玄関に展示しておりますのでお迎えの際にご確認ください。

☆アレルギーの申請をされている場合は、原因食品を除去・代替して提供します