

令和 8 年



2月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
2 月	牛乳	ご飯 さばの塩焼き 切干大根の胡麻和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・さば・生揚げ・麦 みそ・きな粉	どうぶつビスケット・米・砂 糖・こま・マカロニ・スバゲ ティ	切干だいこん・チンゲンサ イ・にんじん・くりかぼちゃ・ 長ねぎ・しめじ
3 火	牛乳	鬼さんのドライカレー マリネサラダ ほうれん草のスープ	お茶 鬼まんじゅう	牛乳・牛ひき肉・ぶたひ き肉・大豆水煮缶詰・フ ロセスチーズ・ロースハ ム	リッツ・米・油・砂糖・さつ まいも・薄力粉	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・トマトケチャップ・ゆ でブロッコリー・にんじん・ほ うれんそう・コーン
4 水	牛乳	★節分メニュー ご飯 肉野菜炒め ピーマンサラダ わかめスープ	牛乳 マーラーカオ	牛乳・ぶた肉・ツナ缶・ 鶏卵・豆乳	しょうゆせんべい・米・油・ ビーフン・マヨドレ・こま 油・薄力粉・三温糖	キャベツ・たまねぎ・だいずも やし・にんじん・青ピーマン・ きゅうり・にんじん・カットわ かめ・だいこん・にら
5 木	牛乳	ご飯 鶏肉の香り焼き キャベツと人参のサラダ 麩の味噌汁	お茶 桃入りコーンフレーク	牛乳・鶏もも・麦みそ	ウエハース・米・油・砂糖・ 釜焼きふ・さといも・コーン フレーク	にんにく・青ねぎ・キャベツ・ にんじん・きゅうり・たまね ぎ・こねぎ・黄桃缶
6 金	牛乳	食パン 鮭のさっぱりしモン焼き かぼちゃサラダ セロリスープ	お茶 おかかおにぎり	牛乳・さけ・ウインナー ソーセージ・鶏むね(皮な し)・削り節	ビスコ・食パン・砂糖・マヨ ドレ・米	レモン果汁・くりかぼちゃ・ きゅうり・にんじん・セロ リー・黄パプリカ
7 土	牛乳	焼きそば 白菜のツナ煮 すまし汁	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・かつお 節・まぐろ水煮缶詰・蒸 しかまぼこ	ビスケット・中華めん・油・ 鉄+コラーゲンウエハース(コ コア)	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・はくさい・もや し・カットわかめ
9 月	牛乳	ご飯 さわらの照り焼き ひじきサラダ かぶの味噌汁	お茶 みかんフルーチェ	牛乳・さわら・麦みそ	ビスケット・米・砂糖・マヨ ドレ・フルーチェ	しょうが・ゆでブロッコリー・ 乾ひじき・コーン・にんじん・ かぶ・こまつな・えのきたけ・ みかん缶詰
10 火	牛乳	ご飯 ホークチャップ アスパラとかぶのマリネ コンソメスープ	牛乳 じゃこトースト	牛乳・ぶたかた・しらす 干し・チーズ	リッツ・米・薄力粉・油・砂 糖・じゃがいも・食パン・マ ヨドレ	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・アスパラガス・か ぶ・カットわかめ・にんじん・ あおのり
12 木	牛乳	肉うどん ブロッコリーのサラダ ショア	お茶 ワカメおにぎり	牛乳・ぶたもも(皮脂 無)・油揚げ・まぐろ水煮 缶詰・乳酸菌飲料	リッツ・ゆでうどん・マヨド レ・米	はくさい・にんじん・青ねぎ・ ゆでブロッコリー・きゅうり・ コーン・炊き込みわかめ
13 金	生活発表会					
14 土	牛乳	ねぎ塩豚肉チャーハン 粉ふきいも 白菜と人参のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたもも(皮脂無)	ビスケット・米・こま油・ じゃがいも・鉄+コラーゲン ウエハース(ココア)	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ パセリ・はくさい
16 月	牛乳	ご飯 鮭のサクサク焼き 春雨サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 カルピス蒸しパン	牛乳・さけ・かにかまぼ こ・麦みそ	どうぶつビスケット・米・マ ヨドレ・パン粉・油・はるさ め・砂糖・ホットケーキミッ クス・カルピス	だいずもやし・きゅうり・くり かぼちゃ・たまねぎ・ほうれん そう
17 火	牛乳	ロールパン クリームシチュー 大根のマリネサラダ フルーツゼリー	お茶 ぎつねおにぎり	牛乳・若鶏もも・ロース ハム・油揚げ	ビスコ・ロールパン・じゃが いも・油・砂糖・ゼリー・米	たまねぎ・にんじん・ゆでブ ロッコリー・だいこん・きゅう り・カットわかめ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	462	18	17	273	1.9	71	0.24	0.34	20	3.3	1.5
3歳以上	521	21	18	275	2.5	67	0.28	0.36	24	3.9	1.7



令和 8 年

2月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18	水	牛乳	青森味噌カレー牛乳ラーメン 大根のおかか和え みかん	お茶 五平餅	牛乳・ぶた肉・麦みそ・ しらす干し・かつお節・ 削り節	ウエハース・中華めん・油・ 米・砂糖・いりごま	キャベツ・りよくとうもやし・ にんじん・青ねぎ・だいこん・ きゅうり・みかん
19	木	牛乳	★食育献立 青森県の郷土料理 ゆかりごはん カレイの磯部焼き キャベツと大豆のサラダ けんちん汁	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・まがれい・大豆水 煮缶詰・絹ごし豆腐	しょうゆせんべい・米・油・ さといも・マシュマロ・リッ ツ	青のり・キャベツ・きゅうり・ にんじん・ごぼう・青ねぎ
20	金	牛乳	ご飯 豚の生姜焼き 切干し大根のサラダ さつま芋の味噌汁	牛乳 シュガートースト	牛乳・ぶたロース・ロー スハム・麦みそ	ビスコ・米・油・マヨドレ・ さつまいも・食パン・業務用 有塩マーガリン・砂糖	たまねぎ・青ピーマン・切干し だいこん・きゅうり・コーン・ カットわかめ
21	土	牛乳	和風スパゲティ 豆乳スープ パイン缶	牛乳 お菓子	牛乳・ツナ缶・豆乳	ビスケット・マカロニ・スパ ゲティ・油・有塩バター・サ ラダせんべい	たまねぎ・しめじ・ほうれんそ う・にんにく・はくさい・ミッ クスベジタブル・パインアップ ル缶詰
24	火	牛乳	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き ツナサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・若鶏もも・ツナ 缶・豆腐・麦みそ・きな 粉	ビスケット・米・塩こうじ・ 油・マヨドレ・砂糖	キャベツ・にんじん・えのきた け・ほうれんそう・バナナ
25	水	牛乳	ご飯 ピザ風卵焼き 中華風サラダ 白菜のスープ	牛乳 黒こまマフィン	牛乳・鶏卵・ベーコン・ チーズ・若鶏むね	しょうゆせんべい・米・油・ 砂糖・ごま油・ごま・ホット ケーキミックス・無塩バ ター・くろごま	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・もやし・きゅう り・にんじん・はくさい・にん じん
26	木	牛乳	ご飯 あじの梅味噌焼き ポテトサラダ もずくのすまし汁	牛乳 みかん蒸しパン	牛乳・あじ・麦みそ・ ロースハム・絹ごし豆腐	ウエハース・米・砂糖・じゃ がいも・マヨドレ・ホット ケーキミックス・油	梅びしお・にんじん・きゅう り・もずく・にんじん・オレン ジジュース
27	金	牛乳	食パン マカロニグラタン ゴマダレサラダ 野菜スープ ヤクルト ★誕生日会メニュー	お茶 プリンアラモード	牛乳・若鶏もも・チー ズ・ウインナーソーセー ジ・ヤクルト	ビスコ・食パン・マカロニ・ 無塩バター・プリン・ホイッ プクリーム	たまねぎ・マッシュルーム・ゆ でグリーンピース・ブロック リー・にんじん・コーン・だい こん・黄桃・バナナ
28	土	牛乳	牛乳 三色ナムル かぼちゃスープ	牛乳 お菓子	牛乳・牛ばら	ビスケット・米・砂糖・ごま 油・いりごま・釜焼きふ・鉄 +コラーゲンウエハース(ココ ア	たまねぎ・だいずもやし・ほう れんそう・にんじん・くりかぼ ちゃ・こねぎ



離乳食後期 献立表

令和 8年 2月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
2 (月)	お茶	軟飯・たいとチンゲン菜の煮物・にんじんスティック・かぼちゃの味噌汁	ハイハイン	・麦茶・どうぶつビスケット・米・たい・チンゲンサイ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・麦みそ・ハイハイン
3 (火)	お茶	しらす雑炊・ブロッコリースティック・ほうれん草のスープ	さつま芋の甘煮	・牛乳・リッツ・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ゆでブロッコリー・ほうれんそう・ブイヨン・薄口しょうゆ・麦茶・さつまいも・砂糖・水
4 (水)	お茶	軟飯・豚肉とキャベツの煮物・きゅうりスティック・大根の中華スープ	クッキー	・麦茶・せんべい・米・ぶたひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・だいこん・にんじん・鶏がらだし・クッキー
5 (木)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・きゅうりスティック・麴の味噌汁	ビスケット	・麦茶・ウエハース・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・釜焼きふ・たまねぎ・麦みそ・ビスケット
6 (金)	お茶	パン粥・サケとブロッコリーの中華煮・にんじんスティック・かぼちゃスープ	おかか粥	・麦茶・お野菜すなっく かぼちゃとおいも・食パン・さけ・にんじん・ゆでブロッコリー・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・くりかぼちゃ・ブイヨン・米・かつお節
7 (土)	お茶	軟飯・しらすとキャベツの煮物・にんじんスティック・ほうれん草スープ	お菓子	・麦茶・ビスケット・米・しらす干し・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・薄口しょうゆ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
9 (月)	お茶	軟飯・カレイと小松菜の煮物・ブロッコリースティック・かぶの味噌汁	みかん缶	・麦茶・ビスケット・米・まがれい・にんじん・こまつな・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・かぶ・麦みそ・みかん缶詰
10 (火)	お茶	軟飯・豚肉とかぶの中華煮・アスパラスティック・コンソメスープ	おやつパン粥	・麦茶・リッツ・米・ぶたひき肉・かぶ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・食パン・牛乳・砂糖
12 (木)	お茶	肉うどん・きゅうりスティック・ブロッコリースープ	わかめ粥	・麦茶・リッツ・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ブロッコリー・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・麦茶・米・炊き込みわかめ
13 (金)	生活発表会			
14 (土)	お茶	鶏雑炊・粉ふきいも・白菜スープ	お菓子	・麦茶・ビスケット・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・じゃがいも・食塩・はくさい・鶏がらだし・薄口しょうゆ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)
16 (月)	お茶	軟飯・鮭とほうれん草の煮物・きゅうりスティック・かぼちゃの味噌汁	白蒸しパン	・麦茶・どうぶつビスケット・米・さけ・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・麦みそ・ホットケーキミックス・牛乳・油
17 (火)	お茶	パン粥・鶏肉とじゃがいものうま煮・大根スティック・ブロッコリースープ	あおさ粥	・麦茶・クッキー・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・麦茶・米・青のり
18 (水)	お茶	しらすと大根の中華煮・キャベツの味噌汁・みかん	きなこ粥	・麦茶・ウエハース・しらす干し・だいこん・きゅうり・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・みかん・米・麦茶・きな粉・砂糖
19 (木)	お茶	軟飯・カレイの煮物・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	ポーロ	・麦茶・せんべい・米・まがれい・にんじん・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・濃口しょうゆ・赤ちゃんポーロ・いちごジャム
20 (金)	お茶	軟飯・豚肉のケチャップ煮・きゅうりスティック・さつま芋の味噌汁	おやつパン粥	・麦茶・クッキー・米・ぶたひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・ブイヨン・トマトケチャップ・片栗粉・きゅうり・さつまいも・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・食パン・牛乳・砂糖
21 (土)	お茶	しらすとほうれん草の煮物・かぼちゃスティック・豆乳スープ	お菓子	・麦茶・ビスケット・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・ブイヨン・薄口しょうゆ・片栗粉・くりかぼちゃ・はくさい・豆乳・水・かつお・昆布だし(荒節)・米・サラダせんべい
24 (火)	お茶	軟飯・鶏肉の中華煮・にんじんスティック・豆腐の味噌汁	きな粉バナナ	・麦茶・ビスケット・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・絹ごし豆腐・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・バナナ・きな粉・砂糖
25 (水)	お茶	軟飯・豆腐としらすのうま煮・きゅうりスティック・白菜スープ	クッキー	・麦茶・せんべい・米・絹ごし豆腐・しらす干し・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・はくさい・にんじん・マンナビスケット
26 (木)	お茶	軟飯・鮭とじゃが芋の洋風煮・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	みかん蒸しパン	・麦茶・ウエハース・米・さけ・じゃがいも・にんじん・ブイヨン・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・オレンジジュース・砂糖・油
27 (金)	お茶	パン粥・鶏肉のケチャップ煮・にんじんスティック・大根スープ	バナナ	・麦茶・クッキー・食パン・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・トマトケチャップ・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・だいこん・ブイヨン・バナナ
28 (土)	お茶	しらす雑炊・にんじんスティック・かぼちゃスープ	お菓子	・麦茶・ビスケット・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・にんじん・くりかぼちゃ・釜焼きふ・鉄+コラーゲンウエハース(ココア)

令和 8年2月



離乳食中期 献立表

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
2 (月)	7倍粥・たいとチンゲン菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・たい・チンゲンサイ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
3 (火)	しらす雑炊・ほうれん草のスープ	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう
4 (水)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・にんじん
5 (木)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・麴のスープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・釜焼きふ・たまねぎ
6 (金)	パン粥・サケとブロッコリーの煮物・かぼちゃスープ	・食パン・さけ・にんじん・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・にんじん
7 (土)	7倍粥・しらすとキャベツの煮物・ほうれん草スープ	・米・しらす干し・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・にんじん
9 (月)	7倍粥・カレイと小松菜の煮物・かぶのすまし汁	・米・まがれい・にんじん・こまつな・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・かぶ
10 (火)	7倍粥・鶏肉とかぶの煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・かぶ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん
12 (木)	煮込みうどん・ブロッコリースープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ブロッコリー・にんじん
13 (金)	生活発表会	
14 (土)	鶏雑炊・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・はくさい
16 (月)	7倍粥・鮭とほうれん草の煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
17 (火)	パン粥・鶏肉とじゃがいものうま煮・ブロッコリースープ	・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん
18 (水)	しらすと大根の煮物・キャベツのスープ	・しらす干し・だいこん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
19 (木)	7倍粥・カレイの煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい・にんじん・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
20 (金)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・さつま芋のスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
21 (土)	しらすとほうれん草の煮物・豆乳スープ	・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・豆乳・水
24 (火)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・ほうれんそう
25 (水)	7倍粥・豆腐としらすのうま煮・白菜スープ	・米・絹ごし豆腐・しらす干し・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
26 (木)	7倍粥・鮭とじゃが芋の煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・にんじん
27 (金)	パン粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・大根スープ	・食パン・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
28 (土)	しらす雑炊・かぼちゃスープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ・釜焼きふ