


2026年2月

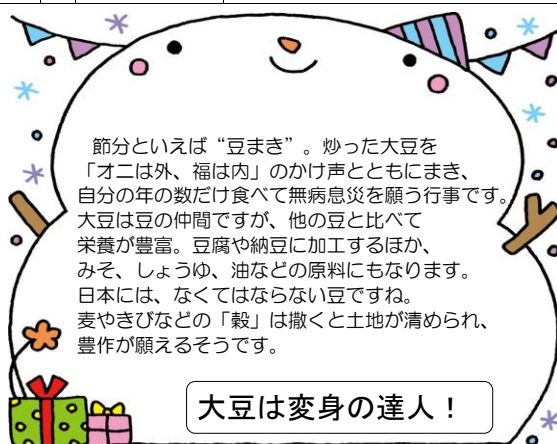


こんだてひょう



なしのき保育園

日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	原材料	延長保育 補食
2 16	月	せんべい むぎちゃ	ごはん じゃがいもととうふのみそしる かじきのオイスターいため	やさいと くるまふのにも オレンジ	なっとうトースト ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも たまねぎ とうふ わかめ みそ かしき あぶら パプリカ ピーマン オイスターソース しょうゆ さとう さけ だいこん にんじん くるまふ みりん オレンジ しょうパン しらすほし なっとう マヨネーズ あおのり きゅうにゅう	ヨーグルト
3	火	 のむヨーグルト	だいずごはん かみなりじる ぶりのゆずしょうゆやき	ごまあえ おうとうかん (やまがたけんさん)	チャブチェ ぎゅうにゅう	こめ だいず しらすほし しょうゆ しお さけ とうふ にんじん ししいたけ だいこん あぶら ぶり みりん ゆず もやし ほうれんそう えのきたけ ねりこま ねぎ さとう おうとうかん はるさめ ぶたにく きくらげ ちんげんさい こしょう ごまあえ きゅうにゅう	せんべい むぎちゃ
4 18	水	ビスケット むぎちゃ	クロワッサン ポテトのカレーポタージュ チキンのアップルソースに	マカロニサラダ にゅうさんきん いんりょう	いなりめし むぎちゃ	クロワッサン たまねぎ じゃがいも とりにく あぶら マッシュルーム パター ごまき こしょうにゅう なまクリーム カレーこ しょう パセリ こしょう ガラ かぶ りんごピューレ さけ しょうゆ さとう マカロニ きゃべつ カリフラワー にゅうさんきんいんりょう にんじん マヨネーズ こめ こま す あぶらあげ さけ むぎちゃ	せんべい むぎちゃ
5 19	木	ぶどうジュース	ほうとううどん とりにくのしおこうじやき	にんじんシリシリ みかん	ごへいもち むぎちゃ	うどん ぶたにく あぶら だいこん かぼちゃ にんじん ごぼう ねぎ ししいたけ みそ みりん とりにく しおこうじ さけ もやし にら ツナ しお しょうゆ こしょう ごまあえ みかん こめ もちこめ あかみそ さとう こま むぎちゃ	ビスケット むぎちゃ
6 20	金	あじつけこざかな むぎちゃ	ごはん サンラータン ちゅうかふうミートローフ	ほうれんそうのナムル デコボン	ミルクツイストパン ぎゅうにゅう	こめ とうふ にんじん ポークハム ちんげんさい ねぎ あぶら す しょうゆ しお さけ ごまあえ ガラ ぶたにく たまねぎ れんこん ししいたけ とうふ おから とうにゅう でんぶん さとう こしょう みりん もやし ほうれんそう ちゅうかドレッシング ホールコーン デコボン ミルクツイスト きゅうにゅう	とうにゅう フッパンプリン
7	土	むてんかかし むぎちゃ	ガパオライス かぶのスープ	りんごヨーグルト	ウイナーパン ぎゅうにゅう	こめ とりにく たまねぎ いんげん パプリカ しお こしょう あぶら しょうゆ パプリ トマトケチャップ にんにく ししいたけ ほうれんそう かぶ ガラ ショルダーベーコン りんごヨーグルト ウイナーパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちゃ
21	土	むてんかかし むぎちゃ	たきこみごはん いもっこじる	おうとうかん (やまがたけんさん)	ポテトパン ぎゅうにゅう	こめ とりにく あぶら にんじん ししいたけ いんげん さとう しょうゆ しお みりん さつまいも ぶたにく だいこん ねぎ みそ おうとうかん ポテトパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちゃ
9 25	月 水	やさいジュース	ごはん おことじる さわらのしょうがやき	いりとうふ みかん	ジャムコッペ ぎゅうにゅう	こめ にんじん だいこん さといも ごぼう こんにゃく だいず みそ さわら みりん さけ しょうゆ あぶら しょうが とうふ ししいたけ さとう ひじきのいため みかん コッペパン いちごジャム きゅうにゅう	ビスケット むぎちゃ
10 24	火	せんべい むぎちゃ	バターロール ふゆやさいのポトフ ケチャップにくだんご	コーンポテト はっこうにゅう	しゃけおにぎり むぎちゃ	バターロールパン ウィナー さといも にんじん ごぼう カリフラワー たまねぎ しお しょうゆ こしょう あぶら ガラ ミートボール さけ さとう トマトケチャップ ちゅうのうソース じゃがいも でんぶん ホールコーン いんげん パター きゅうにゅう はっこうにゅう こめ しゃけ こま のり むぎちゃ	ビスケット むぎちゃ
12 26	木	ビスケット むぎちゃ	きびごはん はくさいとえのきのみそしる かれないのてりやき	れんこんのきんぴら かんべい	バイクドストロベリー チーズケーキ むぎちゃ	こめ きび はくさい えのきたけ あぶらあげ みそ からすかれい さけ しょうゆ みりん あぶら にんじん れんこん しらたき いんげん さとう こま ごまあえ かんべい こむぎ クリームチーズ とうふ ぎゅうにゅう いちごジャム レモンかじゅう むぎちゃ	せんべい むぎちゃ
13 27	金	ヨーグルト	こんさいカレーライス カラフルやさいスープ	ブロッコリーサラダ いよかん	ココアツイスト ぎゅうにゅう	こめ むぎ ぶたにく あぶら たまねぎ にんじん れんこん だいこん カレールウ トマトケチャップ ちゅうのうソース ガラ ショルダーベーコン じゃがいも カリフラワー しお こしょう いんげん パプリカ ブロッコリー きゃべつ マヨネーズ いよかん ココアツイスト きゅうにゅう	ビスケット むぎちゃ
17	火	のむヨーグルト	まめいりませごはん にんじんとだいこんのすましじる なまあげのみそいため	ごぼうサラダ はくとうかん (やまがたけんさん)	タイビーエン むぎちゃ	こめ とりにく ししいたけ にんじん だいず あぶら さとう しょうゆ しお みりん わかめ しらたまふ だいこん ぶたにく なまあげ たけのこ こまつな さけ たまねぎ にんにく しょうが ごまあえ でんぶん あかみそ ごぼう きゃべつ パプリカ ホールコーン ごまドレッシング はくとうかん はるさめ こしょう ちくわ ガラ むぎちゃ	せんべい むぎちゃ
14	土	むてんかかし むぎちゃ	わふうスパゲティ (0さいはうどん) もやしのスープ	ばなな	コーンロールパン ぎゅうにゅう	スパゲティ (0さいはうどん) ショルダーベーコン たまねぎ しめじ こまつな しょうゆ しお こしょう リープオイル にんにく パター ししいたけ もやし にんじん ポークハム ガラ ばなな コーンロールパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちゃ
28	土	むてんかかし むぎちゃ	しょうゆラーメン (0さいはうどん) こまつないため	オレンジ	アップルパン ぎゅうにゅう	ラーメン (0さいはうどん) あぶら やきぶた きゃべつ にんじん にら しお しょうゆ ごまあえ ねぎ ガラ こまつな もやし ホールコーン しょうが にんにく オレンジ アップルパン きゅうにゅう	ゼリー むぎちゃ



節分といえば「豆まき」。炒った大豆を「オニは外、福は内」のかけ声とともにまき、自分の年の数だけ食べて無病息災を願う行事です。大豆は豆の仲間ですが、他の豆と比べて栄養が豊富。豆腐や納豆に加工するほか、みそ、しょうゆ、油などの原料にもなります。日本には、なくてはならない豆ですね。麦やきびなどの「穀」は撒くと土地が清められ、豊作が願えるそうです。

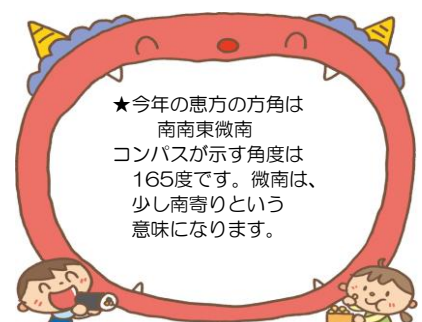
大豆は変身の達人！

《3歳以上児》	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	570Kcal	21.1g	18.8g
園の目標値	570Kcal	23.5g	15.8g

《3歳未満児》	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	510Kcal	18.3g	16.0g
園の目標値	510Kcal	21.0g	14.0g

お事汁（おことじる）は、古くから「事八日（ことようか）」（12月8日と2月8日）に食べられてきた味噌汁です。

\* 材料の都合で、献立を変更することがあります。



★今年の恵方の方角は  
南南東微南  
コンパスが示す角度は  
165度です。微南は、  
少し南寄りという  
意味になります。

今年の節分は2月3日です