

日 曜	献立名	材 料 名			お や つ	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2 月	カレーピラフ 白身魚のピザ焼き ツナサラダ 春雨スープ オレンジ	ソフトビスケット／精 白米／無塩バター／マ ヨドレ／春雨／薄力粉 ／三温糖	ウインナー／からすが れい／ピザ用チーズ／ ツナ／普通牛乳／鶏卵 ／普通牛乳	玉ねぎ／にんじん／ コーン／ピーマン／ キャベツ／きゅうり／ 乾しいたけ／小ねぎ／ オレンジ／いちごジャ ム	牛乳 いちごのマフィン マンナビスケット	1日分 - 562 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 17.8 g 食塩相当量 2.0 g
3 火	鬼の納豆ご飯 コーン入り鶏つくね トマトと胡瓜の甘酢和え 豚汁	クラッカー／精白米／ ごま／片栗粉／サラダ 油／三温糖／ごま油／ 食パン	挽きわり納豆／かつお 節／鶏ミンチ／豚肉／ 合わせ味噌／ホイップ クリーム	玉ねぎ／コーン／トマト ／きゅうり／にんじん／ だいこん／深ねぎ／ご ぼう／バナナ／りんご ジュース／いちごジャム ／みかん（缶）／白桃 （缶）	リンゴジュース 恵方ロール クラッカー	1日分 - 526 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 13.5 g 食塩相当量 1.6 g
4 水	三色丼 人参しりしり 清汁（人参・大根）	精白米／押麦／サラダ 油／三温糖／ごま／ ホットドック	鶏ミンチ／鶏卵／ツナ ／かつお節／かまぼこ ／昆布／普通牛乳／豚 ひき肉／牛ひき肉	オレンジ／しょうが／ ほうれん草／にんじん ／ピーマン／だいこん ／乾しいたけ／小ねぎ ／玉ねぎ	牛乳 カレーサンド オレンジ	1日分 - 513 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.9 g
5 木	ご飯 豚すき煮 ポテトサラダ 味噌汁（大根・ニラ）	精白米／しらたき／サ ラダ油／三温糖／じゃ が芋／マヨドレ	豚肉／かつお節／カッ トわかめ／合わせ味噌 ／にぼし／飲むヨーグ ルト／キャンディチー ズ	みかん（缶）／深ねぎ ／玉ねぎ／にんじん／ えのきたけ／きゅうり ／コーン／だいこん／ にら／バナナ	飲むヨーグルト バナナ チーズ みかん（缶）	1日分 - 489 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 13.3 g 食塩相当量 1.9 g
6 金	ご飯 鶏肉の照焼き ブロッコリーのツナ昆布和 味噌汁（豆腐・人参）	精白米／じゃが芋／サ ラダ油	鶏肉／ツナ／塩昆布／ 木綿豆腐／カットわか め／合わせ味噌／にぼ し／普通牛乳	バナナ／しょうが／ブ ロッコリー／にんじん ／小ねぎ	牛乳 フライドポテト バナナ	1日分 - 545 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 18.7 g 食塩相当量 1.8 g
7 土	みそラーメン 油淋鶏 オレンジゼリー	干し中華めん／ごま油 ／片栗粉／サラダ油／ 三温糖／ゼリー（オー レンジ）／米粉／粉糖	キャンディチーズ／豚 ひき肉／合わせ味噌／ 鶏肉／普通牛乳／木綿 豆腐／調製豆乳	キャベツ／もやし／に んじん／コーン／にん じく／しょうが／小ね ぎ	牛乳 豆腐のガトーショコラ チーズ	1日分 - 517 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.7 g
9 月	ご飯 しらすの佃煮 鯛のレモン風味 人参と竹輪の金平 清汁（人参・えのき）	ビスケット／精白米／ 三温糖／ごま／薄力粉 ／サラダ油／ごま油／ ホットケーキミックス	しらす／からすがれい ／ちくわ／かまぼこ／ かつお節／普通牛乳／ 調製豆乳／粒あん	レモン汁／にんじん／ ピーマン／えのきたけ ／乾しいたけ／小ねぎ	牛乳 小豆蒸しパン ビスコ	1日分 - 499 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 12.9 g 食塩相当量 1.8 g
10 火	ご飯 チンジャオロース 白菜サラダ たまごスープ	ポーロ／精白米／ごま 油／三温糖／マヨドレ ／片栗粉／米粉／サラ ダ油	牛肉／かつお節／鶏卵 ／飲むヨーグルト／絹 ごし豆腐	ピーマン／たけのこ／ にんじん／赤パプリカ ／しょうが／にんにく ／はくさい／玉ねぎ／ 乾しいたけ／小ねぎ	飲むヨーグルト 米粉ドーナツ 栄養ポーロ	1日分 - 538 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 13.2 g 食塩相当量 1.5 g
12 木	白菜とたらのカレー もやしとツナの塩昆布和え バナナ	ビスケット／精白米／ 押麦／じゃが芋／サラ ダ油／ごま油／食パン	からすがれい／ツナ／ 塩昆布／普通牛乳／ウ インナー／ピザ用チー ズ	玉ねぎ／にんじん／し めじ／はくさい／しょ うが／にんにく／もや し／バナナ／ピーマン ／コーン	牛乳 ピザトースト ビスケット	1日分 - 528 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 13.5 g 食塩相当量 1.5 g
13 金	鮭ごはん ハートハンバーグ フレンチサラダ コンソメスープ ハートプリン	パイ／精白米／ごま 油／三温糖／サラ ダ油／プリン／薄力粉 ／無塩バター／グラ ニュー糖	鮭／豚ひき肉／牛ひき 肉／普通牛乳／鶏卵／ ツナ	玉ねぎ／ブロッコリー ／南瓜／コーン／キャ ベツ／にんじん／いち ご	カルビス バレンタインクッキー パイ	1日分 - 545 kcal たんぱく質 14.8 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 2.1 g
14 土	カレーうどん しゅうまい りんごゼリー	ビスケット／干しうど ん／サラダ油／片栗粉 ／三温糖／ごま油／ しゅうまいの皮／ゼ リー（りんご）／米粉	豚肉／油揚げ／かつお 節／豚ひき肉／普通牛 乳／きな粉／調製豆乳 ／ホイップクリーム	にんじん／しめじ／玉 ねぎ／グリーンピース ／コーン／乾しいたけ ／バナナ／みかん（缶）	牛乳 くまマフィン ムーンライト	1日分 - 529 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 21.7 g 食塩相当量 1.9 g
16 月	ご飯 鰯の香味焼き 白和え 清汁（じゃが芋・えのき）	精白米／ごま油／しら たき／ごま／三温糖 ／じゃが芋	鰯／木綿豆腐／合わせ 味噌／かまぼこ／かつ お節／普通牛乳／キャ ンディチーズ	白桃（缶）／小ねぎ ／にんにく／しょうが ／ほうれん草／にんじん ／えのきたけ／乾しい たけ／みかん	牛乳 みかん チーズ 白桃（缶）	1日分 - 537 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 15.1 g 食塩相当量 1.3 g
17 火	ビビンバ風まぜご飯 ホイコーロー 大根サラダ わかめスープ	ウエハース／精白米 ／ごま油／三温糖／パ イシート	豚ひき肉／豚肉／赤味 噌／カットわかめ／飲 むヨーグルト／ウイン ナー	にんじん／もやし／ほ うれん草／キャベツ ／玉ねぎ／ピーマン ／だいこん／乾しいたけ ／小ねぎ	飲むヨーグルト ウインナーパイ ウエハース	1日分 - 509 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 17.3 g 食塩相当量 2.0 g
18 水	ご飯 チキンカツ キャベツのごまだれサラダ 味噌汁（えのき・深ねぎ）	精白米／マヨドレ／パ ン粉／サラダ油／ごま 油／食パン／無塩バター ／グラニュー糖	鶏肉／かつお節／カッ トわかめ／合わせ味噌 ／昆布／にぼし／普通 牛乳	パイナップル（缶） ／キャベツ／にんじん ／えのきたけ／深ねぎ	牛乳 シュガートースト パイナップル（缶）	1日分 - 544 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 22.2 g 食塩相当量 1.5 g
19 木	ミートソーススパゲティ マカロニサラダ コンソメスープ	パイ／スパゲティ／サ ラダ油／無塩バター ／マカロニ／マヨドレ ／精白米／三温糖	牛ひき肉／豚ひき肉 ／普通牛乳／鶏ミンチ	にんじん／玉ねぎ／ト マト（缶）／グリーン ピース／きゅうり ／コーン／キャベツ ／しょうが	牛乳 鶏そぼろおにぎり パイ	1日分 - 555 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 21.0 g 食塩相当量 1.3 g
月 平 均 栄 養 価				エネルギー 527 kcal 脂 質 17.3 g	たんぱく質 19.5 g 食塩相当量 1.9 g	

令和8年

2月分

3歳未満児献立表

福岡キャナル保育園 2ページ

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ	午 後	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		午 前	
20 金	ご飯 豚肉のてりたま もやしとニラの中華炒め 味噌汁（舞茸・玉ねぎ）	クラッカー／精白米／ サラダ油／マヨドレ／ パイシート／グラ ニュー糖	豚肉／鶏卵／カットわ かめ／合わせ味噌／に ぼし／普通牛乳	玉ねぎ／しょうが／も やし／にら／にんじん ／まいたけ	牛乳 バイクロワッサン クラッカー	エネルギー 504 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 21.8 g 食塩相当量 1.9 g	
24 火	ミルクパン 鮭のクリームシチュー ほうれん草のナムル プリン	ウエハース／ミルクパ ン／じゃが芋／無塩バ ター／ごま／ごま油／ プリン／薄力粉／三温 糖	鮭／普通牛乳／飲む ヨーグルト	玉ねぎ／にんじん／し めじ／グリーンピース／ ほうれん草／もやし／ りんご	飲むヨーグルト りんごクッキー ウエハース	エネルギー 516 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 1.4 g	
25 水	ご飯 豚肉のねぎ塩炒め 小松菜の納豆和え 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ）	ポーロ／精白米／サラ ダ油／ごま／三温糖／ さつま芋	豚肉／納豆／カットわ かめ／合わせ味噌／に ぼし／普通牛乳／加糖 ヨーグルト	玉ねぎ／深ねぎ／にん じん／もやし／小松菜 ／オレンジ／パイナッ プル（缶）／白桃 （缶）／いちご／パナ ナ	牛乳 フルーツヨーグルト 栄養ポーロ	エネルギー 538 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 2.0 g	
26 木	ご飯 ミートボール さつま芋サラダ 清汁（人参・かまぼこ）	精白米／片栗粉／三温 糖／さつま芋／マヨ ドレ／干しうどん／ご ま油	キャンディチーズ／豚 ひき肉／かまぼこ／か つお節／鶏ミンチ	玉ねぎ／にんじん／き ゅうり／コーン／えのき たけ／乾しいたけ／小ね ぎ／りんごジュース／キャ ベツ／にら／にんにく／ しょうが	リンゴジュース うどん餃子 チーズ	エネルギー 520 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 14.8 g 食塩相当量 2.2 g	
27 金	ご飯 鶏肉と大根の煮物 春雨サラダ 味噌汁（もやし・じゃが芋）	精白米／サラダ油／春 雨／三温糖／ごま／ご ま油／じゃが芋／食パ ン／黒砂糖／無塩バ ター	鶏肉／かつお節／カッ トわかめ／合わせ味噌 ／にぼし／普通牛乳／ きな粉	みかん（缶）／だい こん／にんじん／乾しい たけ／グリーンピース／ きゅうり／きくらげ／ もやし／小ねぎ	牛乳 きなこクリームトースト みかん（缶）	エネルギー 520 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.7 g	
28 土	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ ぶどうゼリー	ビスケット／干しうど ん／三温糖／天ぷら粉 ／サラダ油／ゼリー （ぶどう）／ぎょうざ の皮	鶏肉／かつお節／油揚 げ／ちくわ／普通牛乳 ／ウインナー／ビザ用 チーズ	玉ねぎ／にんじん／小 ねぎ／ピーマン／コー ン	牛乳 餃子の皮deピザ ビスケット	エネルギー 523 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 3.8 g	
月 平 均 栄 養 価					エネルギー	527 kcal	たんぱく質 19.5 g
					脂 質	17.3 g	食塩相当量 1.9 g



♡マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風調味料です

♡食材の仕入れにより、内容が変更になる場合があります

