

令和8年2月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃よこはまこども園 予定献立表



季節の変わり目の立春、立夏、立秋、立冬を節分と呼びますが、現在では一般的に「立春」の前夜を指します。
厄(やく)を払うために、鬼のきらいなイワシの頭をヒイラギにさして、門や戸口に立て、炒った大豆を『福は内、鬼は外』のかけ声とともにまく習慣があります。



☆絵本紹介☆

大豆のすばらしさが描かれた絵本です。この絵本を書いたのは姫路市出身の作家「やぎ たみこ」さんということをご存じですか？2月は節分の季節。大豆は豆まきにも使われる「みんなの体を作る」とも栄養のある食べ物です。絵本を読むと「大豆」が好きになるかも！ぜひうちでも読んでみてください。



みんなの健康と平和を守れ！
大豆のダイズな役目がわかり、
あなたも大豆がダイズキに！



月に一度、金曜日におやつパンがあります。

今月は
6日 ウィナーパン
です

旬の食材

さわら わかさぎ いわし いか
ひじき 小松菜 ほうれん草 菜の花
白菜 大根 かぶ れんこん
白ねぎ いよかん



月	火	水	木	金	土
2 豚肉のマリアナソース 白菜サラダ すまし汁(大根)	3 いわしのパン粉焼き かりかりきゅうり ポークビーンズ	4 BBQチキン コールスローサラダ はんぺんのスープ 🍷 シュガートースト	5 鱈のきのこあんかけ れんこんとこんにゃくのしみし煮 みそ汁(かぼちゃ)	6 麻婆豆腐 春雨の酢の物 シューマイ	7 煮込みうどん バナナ
未満児(米) 〇油 かたくり粉 〇オリーブ油	未満児(米) パン粉(乾) 〇オリーブ油 △マヨネーズ「ドレッシング」じゃがいも 〇油 〇さとう	未満児(米) 〇さとう 〇オリーブ油 はるさめ(乾) 〇油 食パン 〇マーガリン 〇グラニュー糖	未満児(米) 小麦粉 〇油 かたくり粉 口こんにゃく 〇さとう	未満児(米) 〇油 〇さとう かたくり粉 はるさめ(乾) △いりごま	うどん(ゆで)
△豚もも肉 絹ごし豆腐	△いわし △粉チーズ △豚もも肉 〇大豆(水煮)	△鶏もも肉 ×はんぺん 〇カットわかめ(干)	△さわら 口油揚げ 〇みそ	木綿豆腐 △豚ひき肉 〇赤みそ 〇カットわかめ(干)	△豚もも肉
たまねぎ にんじん 〇ピーマン はくさい きゅうり りんご だいこん △しめじ 〇ねぎ	×にんにく レモン(果汁) バゼリ(乾) きゅうり たまねぎ にんじん 〇トマトピューレ	キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ △えのき茸	たまねぎ △えのき茸 △しめじ れんこん にんじん かぼちゃ 〇ねぎ	にんじん たまねぎ 〇ピーマン △干しいたけ ×しょうが きゅうり ×シューマイ(冷)	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ バナナ
9 ししゃものマリネ マカロニソテー すまし汁	10 高野豆腐の卵とじ 甘辛かぼちゃ ちくわ天	11 建国記念日	12 鮭の塩焼き ひじきの五目煮 みそ汁(かぶ)	13 タンドリーチキン ポテトサラダ 和風ミートローネ 🍷 ブラウニー	14 ハンバーガー バナナ・ジュース
未満児(米) 〇油 かたくり粉 小麦粉 〇さとう マカロニ(乾)	未満児(米) 〇油 〇さとう かたくり粉 △いりごま 小麦粉		未満児(米) さつま芋 〇油 〇さとう	未満児(米) じゃがいも △マヨネーズ「ドレッシング」 〇油 小麦粉 〇さとう 〇バター	
口ししゃも △ツナ缶(油漬) 〇カットわかめ(干)	高野豆腐 △鶏もも肉 〇たまご ×ちくわ 〇カットわかめ(干)		さけ 〇ひじき(乾) 〇大豆(水煮) 口油揚げ 〇みそ	△鶏もも肉 〇ヨーグルト(無糖) △ツナ缶(油漬) 〇ベーコン	
たまねぎ にんじん バゼリ(生) きゅうり △しめじ だいこん △えのき茸	たまねぎ にんじん △干しいたけ グリンス(冷) かぼちゃ		にんじん △干しいたけ かぶ たまねぎ △えのき茸	×しょうが にんじん きゅうり たまねぎ だいこん △生しいたけ	
16 クリスピーチキン 大根サラダ 卵ともずくのスープ	17 カレイのレモン風味 ほうれん草の白和え すまし汁(うどん)	18 かき揚げ 大根の甘酢 みそ汁(キャベツ) 🍷 パインケーキ	19 お誕生日会 カレーライス スパゲティサラダ	20 とんすき風 かぼちゃ煮 肉団子のケチャップ煮	21 フォー・ガーもどき バナナ
未満児(米) 小麦粉 △マヨネーズ「ドレッシング」 「يونفلر」パン粉(乾) 〇油 △いり ごま はるさめ(乾)	未満児(米) 〇さとう 干しうどん(乾) さつま芋	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 〇油 〇さとう ホットケーキミックス	米 じゃが芋 〇油」スパゲティ(乾)	未満児(米) ふ(乾) 〇糸こんにゃく 〇油 〇さとう	干しうどん(乾) 〇油
△鶏もも肉 △ツナ缶(油漬) 〇たまご 〇もずく(生)	かれい 木綿豆腐 〇みそ 〇カットわかめ(干)	ちりめんじゃこ 〇もずく(生) 〇ロースハム 口油揚げ 〇みそ	△牛もも肉 〇ロウニー △ツナ缶(油漬)	△豚もも肉 △焼き豆腐	△鶏もも肉
だいこん きゅうり にんじん たまねぎ 〇ねぎ	レモン(果汁) ほうれん草 にんじん たまねぎ △干しいたけ 〇ねぎ	にんじん たまねぎ かぼちゃ だいこん きゅうり △えのき茸 〇ねぎ キャベツ △パイン缶	たまねぎ にんじん グリンス(冷) きゅうり コーン(冷)	×肉団子(冷) にんじん はくさい 〇白ねぎ △えのき茸 かぼちゃ	たまねぎ にんじん △干しいたけ 〇ねぎ バナナ
23 天皇誕生日	24 青椒肉絲(チンジャオロースー) ミニコロッケ 豆腐のスープ	25 さばのステーキソースがけ キャベツののり和え さつま汁 🍷 きなこドーナツ	26 豚肉の柳川風 大根と厚揚げの煮物 スナッペンどうの塩茹で	27 白身魚のクラッカー揚げ きゅうりこんぶ みそ汁(かぼちゃ)	28 ホットドック バナナ・ジュース
	未満児(米) 〇油 〇さとう かたくり粉	未満児(米) 〇油 〇さとう さつま芋 ホットケーキミックス	未満児(米) ふ(乾) 〇糸こんにゃく 〇油 〇さとう △マヨネーズ「ドレッシング」	未満児(米) 小麦粉 パン粉(乾) 〇ソーダクラッカー 〇油	
	△牛もも肉 絹ごし豆腐	△さば △鶏もも肉 〇みそ 〇刻みのり 〇豆乳(調整豆乳) きな粉	△豚もも肉 〇たまご 〇厚揚げ	白身魚 △塩昆布 〇みそ 〇カットわかめ(干)	
	×しょうが 〇ピーマン △ピーマン(赤) ×たけのこ(水煮) たまねぎ にんじん △しめじ バゼリ(生) ×ミニコロッケ(冷)	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん だいこん △ごぼう 〇ねぎ	たまねぎ にんじん △ごぼう 〇ねぎ だいこん ×しょうが 〇スナッペンどう	きゅうり にんじん かぼちゃ たまねぎ 〇ねぎ	

※献立名の下3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。
※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5～6カ月頃・〇・・・生後7～8カ月頃・△生後9～11カ月頃・□・・・生後12～18カ月頃・×・・・使用しない
※仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。ご了承ください。
※🍷は手作りおやつ、最終金曜日はおやつパンです。予定でするので変更になる場合もあります。