

# 2026年 2月分献立表

ふらっと保育園

日	曜日	献立名	材 料 名			おやつ	午 前	
			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 後	
2	・ 月	ハヤシライス 切干サラダ キャベツスープ 麦茶	調合油 精白米 うるち米 片栗粉 上白糖 オリーブ油	豚肉 ヨーグルト	切干大根 グリピース パセリ粉、パイン缶 キャベツ、みかん缶 たまねぎ、いちご きゅうり、えのきたけ	クラッカー 麦茶 牛乳 フルーツもりもりヨーグルト 麦茶		
3	火	【節分】 節分ごはん 鱈の梅焼き ごま和え（ほうれん草、にんじん） みそ汁（大根、麩） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 白ごま 小町麩 上白糖 米粉、さつまいも	大豆水煮缶 みそ たら 牛乳	乾燥ひじき ほうれんそう にんじん だいこん うめ 梅びしお	せんべい 麦茶 牛乳 【節分おやつ】 鬼まんじゅう 麦茶、牛乳		
4	・ 水	ゆかりごはん 厚揚げの中華風炒め みそ汁（じゃが芋、わかめ） 果物（みかん） 麦茶	精白米 うるち米 上白糖 じゃがいも ごま油 スパゲッティ オリーブ油	豚ひき肉 生揚げ みそ アレルギーフリーコン 牛乳	フゲンサイ カットわかめ、ぶなしめじ みかん、ほうれんそう ふりかけ ゆかり にんじん、焼きのり たまねぎ、にんにく	ビスケット 麦茶 牛乳 和風スパゲティ 麦茶 牛乳		
5	・ 木	ごはん カレイのみそ煮 南瓜サラダ すまし汁（オクラ、にんじん） 麦茶	精白米 うるち米 上白糖 ノンエッグマヨネーズ	カラスカイ アレルギーフリーハム みそ 牛乳 かつお節	オクラ にんじん しょうが きゅうり かぼちゃ	ヨーグルト 麦茶 焼きおにぎり 麦茶 牛乳		
6	・ 金	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 野菜炒め（キャベツ、ピーマン、コーン） みそ汁（茄子、玉ねぎ） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 オリーブ油 パウムクーヘン	鶏肉 みそ 牛乳	青ピーマン マーマレードジャム コーン缶詰 キャベツ なす たまねぎ	せんべい 麦茶 牛乳 パウムクーヘン 麦茶 牛乳		
7	・ 土	あんかけうどん さつま芋のレモン煮 果物（みかん缶） 麦茶	片栗粉 干しうどん 上白糖 さつまいも パン	鶏肉 牛乳	レモン果汁 みかん缶 ぶなしめじ はくさい ねぎ にんじん	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳		
9	月	スタミナ丼 白菜のフレンチサラダ みそ汁（しいたけ、小松菜） 麦茶	精白米 うるち米 片栗粉 上白糖 オリーブ油 ごま油、調合油 ホットケーキミックス粉	豚肉 みそ 牛乳	りんご はくさい にんじん にら、こまつな たまねぎ、干しぶどう しいたけ、にんにく	クラッカー 麦茶 牛乳 レーズンクッキー 麦茶 牛乳		
10	・ 火	ごはん 揚白身魚のあんかけ 里芋の煮物 みそ汁（かぶ、かぶの葉） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 片栗粉 さといも 上白糖	林 みそ 油揚げ 牛乳	青ピーマン いんげん にんじん たまねぎ かぶ 葉 かぶ、しょうが	せんべい 麦茶 牛乳 こぎつねごはん 麦茶 牛乳		
12	・ 木	ごはん 鮭の磯焼き 切干大根の煮物 みそ汁（キャベツ、えのき） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 ロールパン グラニュー糖	みそ さけ 牛乳	切干大根 キャベツ にんじん えのきたけ あおのり	ヨーグルト 麦茶 揚げパン 麦茶 牛乳		
13	・ 金	ごはん さつま芋焼きコロケ ブロッコリーの和風サラダ みそ汁（もやし、油揚げ） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 乾燥パン粉 上白糖 さつまいも ごま油、クラッカー	鶏ひき肉 油揚げ みそ 牛乳	赤パプリカ ブロッコリー りよくとうもやし たまねぎ 寒天 パインアップルジュース	せんべい 麦茶 牛乳 手作りゼリー（パイン） クラッカー 麦茶、牛乳		
14	・ 土	じゃが芋入り焼きそば【栃木県】 れんこんサラダ 果物（もも缶） 麦茶	調合油 蒸し中華めん 白すりごま 冷凍スティックポテト ノンエッグマヨネーズ ぶどうパン	豚肉 牛乳	黄桃缶 コーン缶詰 キャベツ れんこん にんじん、あおのり たまねぎ、きゅうり	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳		
17	火	ごはん 鱈のオーロラ焼き ビーフンサラダ みそ汁（南瓜、しめじ） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 片栗粉、あんずジャム 上白糖、ピーン ホットケーキミックス粉 ノンエッグマヨネーズ、ごま油	アレルギーフリーハム みそ さわら 牛乳	キャベツ ぶなしめじ きゅうり かぼちゃ	せんべい 麦茶 牛乳 あんずジャム蒸しパン 麦茶 牛乳		
18	水	【お誕生日会】 ごはん 照り焼きハンバーグ 花野菜のソテー みそ汁（白菜、なめこ） 麦茶	調合油 精白米 うるち米 片栗粉 ぶどうゼリー 乾燥パン粉 上白糖、ホト	豚ひき肉 アレルギーフリーコン みそ 生クリーム 牛乳	ブロッコリー カリフラワー はくさい なめこ たまねぎ パイン缶	ビスケット 麦茶 牛乳 【お誕生日会おやつ】 ゼリーアラモード 麦茶、牛乳		

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。