

2026年2月 献立表

もずめこども園・もずめクラブ

日(曜日)	2・16日 (月)			17日 (火)			4・18日 (水)			5・19日 (木)			6・20日 (金)			7・21日 (土)		
昼食	ごはん 鶏肉のねぎ焼き セロリのごま和え さつま芋のみそ汁			ごはん カレイのごまみそ焼き 切干大根のサラダ わかめのすまし汁			ウインナーカレー ブロッコリーのひじき和え			麻婆大根丼 ツナサラダ			みそラーメン キャベツのエビマヨ和え			焼き肉丼 たまねぎのみそ汁		
	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g
	米	40	50	米	40	50	米	40	50	米	40	50	中華麺	50	60	米	40	50
	鶏肉	40	50	カレイ	40	50	ウインナー	15	20	豚ミンチ	25	30	豚肉	20	35	牛肉	23	30
	白ねぎ	1	1	生姜	0.4	0.5	たまねぎ	38	50	大根	15	20	白菜	22	26	たまねぎ	41	55
	生姜	0.1	0	みりん	1.7	2.3	さつま芋	34	45	にんじん	12	15	にんじん	9.7	15	にんじん	7.5	10
	にんにく	0.1	0	酒	1.4	1.8	にんじん	7.5	10	たまねぎ	15	20	生姜	0.3	0.6	ピーマン	7.5	10
	片栗粉	4.0	5	みそ	1.2	1.6	りんご	7.5	10	れんこん	4.7	6.3	ねぎ	1.2	1.8	りんご	10	13
	しょうゆ	0.9	1	セロリ	0.8	1.1	セロリ	1.5	2	ねぎ	7.5	10	油	0.4	0.5	にんにく	0.2	0.3
	砂糖	0.8	1	ごま	0.4	0.5	生姜	0.2	0.2	にんにく	0.5	0.6	みそ	6.0	8	ごま	0.8	1
	米酢	0.8	1.1	ごま油	0.4	0.5	にんにく	0.2	0.2	生姜	0.5	0.7	削り節昆布だし	140	180	しょうゆ	2.3	3
	みりん	0.8	0.9	砂糖	0.4	0.5	油	0.5	0.6	ごま油	1.5	2				砂糖	0.5	0.6
	ごま油	0.1	0.2				ケチャップ	3	4	みそ	3.2	4	小松菜	10	12	みりん	0.5	0.6
	キャベツ	16.0	20	切干大根	3.7	4.8	ウスターソース	2.3	3	砂糖	1.6	2	キャベツ	11	15	酒	0.5	0.6
	きゅうり	11	15	きゅうり	7.5	10	しょうゆ	2.3	3	しょうゆ	1.2	1.5	にんじん	7.5	10			
	にんじん	8	10	にんじん	3.8	5	砂糖	2.3	3	酒	0.4	0.5	さくらえび	1.2	1.5	たまねぎ	10	15
	セロリ	3.2	4	ハム	7.5	10	カレー粉	0.2	0.3	水	8	10	マヨドレ	0.9	1.2	わかめ	0.7	0.9
	ちりめんじゃこ	4	5	マヨドレ	2.6	3.4	クミン	0.3	0.4	片栗粉	1.6	2	しょうゆ	0.2	0.3	みそ	3	4
	ごま	1	2	しょうゆ	0.2	0.3	豆乳	30	40				砂糖	0.2	0.3	削り節昆布だし	90	120
	薄口しょうゆ	0.6	1	砂糖	0.1	0.2	小麦粉	1.9	2.5	キャベツ	23	30	米酢	0.2	0.3			
	米酢	0.9	1	かぶ	15	20	水	38	50	にんじん	4.5	6						
	砂糖	0.4	1	わかめ	0.1	0.1	ブロッコリー	7.5	10	きゅうり	4.5	6						
				薄口しょうゆ	1.4	1.9	白菜	10	15	ツナ	8	11						
				削り節昆布だし	90	120	にんじん	5.3	7	しょうゆ	0.4	0.6						
						ひじき	0.9	1.2	砂糖	0.2	0.3							
						ツナ	8.3	11	ごま油	0.2	0.3							
						砂糖	0.4	0.6										
						しょうゆ	0.8	0.6										
						米酢	0.8	1										
						ごま油	0.4	0.5										

	りんごのケーキ			ココアプリン			お茶 米粉のブラウニー			牛乳 じゃこチーズトースト			牛乳 ボンデケーキ			お茶 ちんすこう		
	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g
おやつ	牛乳	100	130	牛乳	100	130	米粉	10	13	牛乳	100	130	牛乳	100	130	小麦粉	15	20
	りんご	8	10				砂糖	7.5	10							油	4.5	6
	小麦粉	12	15	牛乳	60	80	片栗粉	1.4	1.8	食パン	26	35	白玉粉	15	20	砂糖	6.8	9
	卵	5.3	7	プリンミックス	8	11	ココア	1.3	1.7	ちりめんじゃこ	2.1	2.8	牛乳	7.5	10			
	牛乳	5.3	7	ココア	0.4	0.5	ベーキングパウダー	1.1	1.4	マヨドレ	2.3	3	水	7.5	10			
	バター	3	4				油	4.5	6	米酢	0.3	0.5	チーズ	5	6			
	砂糖	8	10				木綿豆腐	27	36	砂糖	0.1	0.2	ハム	5	6			
	ベーキングパウダー	0.5	0.6							チーズ	6	7						
夕方の おやつ	ゆかりおにぎり			ぼたぼた焼き			かおりおにぎり			ソフトサラダ			わかめおにぎり			ぼたぼた焼き		

