



日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
2月		10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	イタリアンチキン ＊ブロッコリー ポテトサラダ コンソメスープ ご飯	鶏肉・チーズ	ブロッコリー コーン・いんげん 小松菜・えのき茸	砂糖・サラダ油 じゃが芋・マヨドレ 米	ケチャップ・ウスターソース 塩 コンソメ・塩・水
		3時	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	スキムミルク・牛乳 牛乳	南瓜	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー
3火		10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	ハヤシライス 大豆サラダ オレンジゼリー	豚肉 大豆	玉葱・マッシュルーム・グリンピース 人参・ブロッコリー	サラダ油・米 マヨドレ オレンジゼリーの素	乳対応ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・コンソメ ・塩・水 水
		3時	ジャムクラッカーサンド 牛乳	牛乳		クラッカー・いちごジャム	
4水		10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	鶏と大根の煮物 白菜のゆかり和え 味噌汁 ご飯	鶏肉 味噌	大根・人参・グリンピース 白菜・胡瓜・ゆかり もやし・豆苗	 米	天然だし・醤油・みりん・料理酒・塩 塩・醤油 水・天然だし
		3時	プリン 麦茶	プリンの素・牛乳		砂糖	水 麦茶・水
5木		10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	豚肉と野菜の春雨炒め ほうれん草の中華和え 味噌汁 ご飯	豚肉 油揚げ・味噌	もやし・人参 ほうれん草・コーン	春雨・サラダ油・胡麻油・砂糖 砂糖・胡麻油 里芋 米	水・鶏がらスープ・醤油・オイスターソース 醤油・酢 水・天然だし
		3時	キャロット豆乳蒸しパン 牛乳	豆乳 牛乳	人参	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー
6金		10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	ひき肉と小松菜の玉子焼き 白和え 味噌汁 ゆかりご飯	玉子・鶏肉 豆腐 味噌	小松菜・玉葱・椎茸 えのき茸・人参・枝豆 きゃべつ・なす ゆかり	サラダ油・砂糖・片栗粉 胡麻・砂糖 米	塩・天然だし・醤油・料理酒 塩・醤油 水・天然だし
		3時	葉だいこんおにぎり 麦茶		大根の葉	米・胡麻	塩 麦茶・水
9月		10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鮭の塩焼き ＊青梗菜のおかか和え がんもと野菜の煮物 味噌汁 ご飯	さけ かつお節 がんもどき 味噌	青梗菜 人参・グリンピース わかめ	サラダ油 砂糖 焼麩 米	塩 醤油・天然だし 醤油・天然だし 水・天然だし
		3時	のり塩ラフク 麦茶		青のり粉	焼麩・サラダ油	塩 麦茶・水
10火		10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	豚肉のたれ炒め ブロッコリーの磯和え 味噌汁 ご飯	豚肉 味噌	玉葱・人参・ぶなしめじ・生姜・にんにく ブロッコリー・コーン・焼のり 大根の葉・もやし	サラダ油 砂糖 米	みりん・醤油 醤油 水・天然だし
		3時	あんこサンド 牛乳	こしあん 牛乳		ロールパン	
12木		10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	中華丼 小松菜のおかか和え 味噌汁	豚肉 かつお節 味噌	玉葱・人参・白菜・干し椎茸 小松菜・コーン 玉葱・わかめ	胡麻油・片栗粉・サラダ油・米	塩・醤油・オイスターソース・鶏がらスープ・水 醤油・和風だし 水・天然だし
		3時	かぼちゃのパウンドケーキ 牛乳	玉子・スキムミルク 牛乳	南瓜	小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー
13金		10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	肉うどん きゃべつのドレッシング和え グレープゼリー	豚肉	玉葱・人参・ほうれん草 きゃべつ・胡瓜・コーン	うどん・サラダ油・砂糖 砂糖・サラダ油 ぶどうゼリーの素	水・天然だし・めんつゆ・醤油・みりん 塩・酢 水
		3時	クッキー 麦茶	玉子		小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー・バニラエッセンス 麦茶・水

2月の献立表

増美保育園川越 2026年



日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
16	月	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏の照り焼き ＊いんげんのごま和え ひじき煮 味噌汁 ご飯	鶏肉 大豆・油揚げ 味噌	いんげん ひじき・人参・絹さや わかめ	砂糖・サラダ油 胡麻・砂糖 サラダ油・砂糖 じゃが芋 米	醤油・みりん 醤油 醤油・天然だし 水・天然だし
		3時	中華蒸しパン 牛乳	玉子・牛乳 牛乳		小麦粉・砂糖・胡麻油・サラダ油	ベーキングパウダー・醤油
17	火	10時	りんご		りんご		
		昼食	ポークカレーライス フレンチサラダ マスカットゼリー	豚肉	玉葱・人参・生姜・にんにく ブロッコリー・人参・コーン・レモン	サラダ油・じゃが芋・米 サラダ油・砂糖 マスカットゼリーの素	カレー粉・乳対応カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース・水 酢・塩 水
		3時	豆乳スコーン 牛乳	豆乳 牛乳		小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー・バニラエッセンス
18	水	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	カレイの味噌煮 ＊絹さや ツナサラダ すまし汁 ご飯	かれい・味噌 ツナ 豆腐	生姜 絹さや もやし・人参 わかめ	砂糖 胡麻・胡麻油・砂糖 米	醤油・みりん・水 醤油・酢 水・天然だし・塩・醤油
		3時	ゆかりおにぎり 麦茶		ゆかり	米	麦茶・水
19	木	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	鶏のコーンフレーク焼き ＊ブロッコリー リボンマカロニサラダ トマトスープ コンソメライス	鶏肉 魚肉ソーセージ	生姜・にんにく ブロッコリー 人参・コーン、グリーンピース 玉葱・水煮トマト パセリ	マヨドレ・コーンフレーク リボンマカロニ・マヨドレ じゃが芋 米・サラダ油	塩・料理酒 塩・コンソメ コンソメ・塩 ケチャップ・コンソメ・塩・水 コンソメ・塩
		3時	シュガーパイ 麦茶			パイシート・グラニュー糖	麦茶・水
20	金	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	クリームシチュー コーンサラダ オレンジゼリー ロールパン	鶏肉	人参・玉葱・ブロッコリー コーン・きゃべつ	じゃが芋・サラダ油 サラダ油・砂糖 オレンジゼリーの素 ロールパン	塩・乳対応シチューフレーク・水・コンソメ 酢・塩 水
		3時	味噌おにぎり 麦茶	味噌		米・砂糖	醤油・みりん 麦茶・水
24	火	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏の味噌漬け焼き ＊青のり粉ふき芋 ほうれん草のナムル 味噌汁 ご飯	鶏肉・味噌 味噌	生姜 青のり粉 ほうれん草・人参 わかめ	砂糖 じゃが芋 胡麻・胡麻油 焼麩 米	醤油・料理酒・みりん 塩 塩 水・天然だし
		3時	バナナケーキ 牛乳	玉子・牛乳 牛乳	バナナ	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー
25	水	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	厚揚げの甘辛炒め 中華風サラダ 味噌汁 ご飯	厚揚げ・豚肉 高野豆腐・味噌	きゃべつ・人参・玉葱・にんにく・生姜 もやし・わかめ 青梗菜	サラダ油・砂糖・胡麻 砂糖・胡麻油 米	醤油・塩・料理酒 酢・醤油 水・天然だし
		3時	スナッ麩 牛乳	牛乳		焼麩・マーガリン・サラダ油・グラニュー糖	
26	木	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	スパニッシュオムレツ ＊小松菜のソテー さつま芋とひじきのサラダ コンソメスープ わかめご飯	玉子・豚肉 豆腐	人参・コーン・グリーンピース 小松菜・人参 ひじき・いんげん 大根 わかめ	じゃが芋・サラダ油 サラダ油 さつま芋・マヨドレ・砂糖 米	塩・ケチャップ コンソメ・塩 塩・和風だし コンソメ・醤油・塩・水
		3時	のりマヨトースト 牛乳	牛乳	青のり粉	食パン・マヨドレ	
27	金	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	味噌ラーメン 切干大根と蒸し鶏のサラダ オレンジ	味噌・豚肉・ナルト 鶏肉	もやし・きゃべつ・人参・コーン 切干大根・人参 オレンジ	中華麺・サラダ油・胡麻油 マヨドレ・砂糖	水・鶏がらスープ・塩 醤油・塩
		3時	ひじきおにぎり 麦茶		ひじき・人参	米	醤油・みりん・塩・和風だし 麦茶・水

※都合より献立が変更になる場合がありますのでご了承ください
※27品目アレルギー不使用の食材には 乳対応 と表記しています



献立種類	栄養素	目標栄養価	平均栄養価
1～2歳児	エネルギー	460kcal	462kcal
	たんぱく質	15g	17.5g
	食塩	1.8g	1.9g
3～5歳児	エネルギー	540kcal	554kcal
	たんぱく質	17g	21.6g
	食塩	2g	2.3g

※目標栄養価は昼食とおやつの合算したものととなります