

# 2月のこんだて



2026年2月  
蒲田らびっと保育園

日	曜日	給食	午後おやつ	食材	エネルギーたんぱく質	日	曜日	給食	午後おやつ	食材	エネルギーたんぱく質		
2	月	麦茶 カルシウム せんべい	ごはん 鶏肉のしょうが焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁	牛乳 焼きいも	鶏肉、ハム、厚揚げ、みそ、牛乳、にぼし、 こんぶ、かつお、6分つき米、マカロニ、せんべい、 さつま芋、ごめ油、マヨドレ、にんじん、 ほうれん草、玉ねぎ、しょうが、きゅうり、酒、 砂糖、しょうゆ、食塩	513 kcal 19.7 g	17	火	牛乳 ブルー	スパゲティナポリタン ごましおポテト きのこのスープ	麦茶 みそそばの 混ぜごはん みかん	豚肉、ウインナー、みそ、粉チーズ、牛乳、 スパゲティ、6分つき米、じゃが芋、コーン、ごま、 ごめ油、ピーマン、にんじん、パセリ、玉ねぎ、 しいたけ、えのき、しめじ、にんにく、しょうが、 みかん、ブルー、ケチャップ、ウスターソース、 砂糖、食塩、コンソメ、酒、みりん、しょうゆ	513 kcal 16.8 g
3	火	牛乳 ブルー	鬼さんごはん こん棒つくね ブロッコリーののりあえ 大豆たっぷりみそ汁	牛乳 恵方巻フルーツ ロール	鶏肉、ツナ、豆腐、納豆、みそ、大豆、牛乳、 にぼし、こんぶ、かつお、のり、6分つき米、パン、 片栗粉、ごま油、ごま、にんじん、ブロッコリー、 ねぎ、しょうが、玉ねぎ、ブルー、いちご、 みかん缶、しょうゆ、砂糖、酒、ケチャップ、 食塩、豆乳ホイップ	558 kcal 25.5 g	18	水	牛乳 ひとくち トースト (シュガー)	ごはん さばの磯辺揚げ 切干大根の煮物 なめこのみそ汁	牛乳 りんごともものゼリー クラッカー	さば、油揚げ、みそ、牛乳、青のり、にぼし、 こんぶ、かつお、寒天、6分つき米、パン、小麦粉、 片栗粉、クラッカー、ごめ油、にんじん、いんげん、 ほうれん草、玉ねぎ、しょうが、切干大根、なめこ、 乾燥しいたけ、もも缶、砂糖、酒、みりん、 しょうゆ、みりん、りんごジュース	513 kcal 18.2 g
4	水	牛乳 ひとくち トースト (シュガー)	ごはん さばの磯辺揚げ 切干大根の煮物 なめこのみそ汁	牛乳 りんごともものゼリー クラッカー	さば、油揚げ、みそ、牛乳、青のり、にぼし、 こんぶ、かつお、寒天、6分つき米、パン、小麦粉、 片栗粉、クラッカー、ごめ油、にんじん、いんげん、 ほうれん草、玉ねぎ、しょうが、切干大根、なめこ、 乾燥しいたけ、もも缶、砂糖、酒、みりん、 しょうゆ、みりん、りんごジュース	513 kcal 18.2 g	19	木	牛乳 手作りボーロ (黒糖)	パン ボークビーンズ 春雨のツナマヨサラダ 豆腐のコンソメスープ	麦茶 しらすとおかかの おにぎり	豚肉、大豆、きな粉、ツナ、豆腐、しらす、牛乳、 かつお節、小麦粉、パン、6分つき米、春雨、じゃが 芋、ごめ油、ごま油、ごま、マヨドレ、トマト缶、 にんじん、パセリ、玉ねぎ、にんにく、きゅうり、 ねぎ、砂糖、ケチャップ、ウスターソース、 しょうゆ、食塩、コンソメ	513 kcal 20.5 g
5	木	牛乳 手作りボーロ (黒糖)	パン ボークビーンズ 春雨のツナマヨサラダ 豆腐のコンソメスープ	麦茶 しらすとおかかの おにぎり	豚肉、大豆、きな粉、ツナ、豆腐、しらす、牛乳、 かつお節、小麦粉、パン、6分つき米、春雨、じゃが 芋、ごめ油、ごま油、ごま、マヨドレ、トマト缶、 にんじん、パセリ、玉ねぎ、にんにく、きゅうり、 ねぎ、砂糖、ケチャップ、ウスターソース、 しょうゆ、食塩、コンソメ	513 kcal 20.5 g	20	金	牛乳 バナナ	ごはん 鮭のねぎみそ焼き 根菜とこんにゃくのきんぴら 小松菜のすまし汁	牛乳 黒糖ホットケーキ	鮭、みそ、豆乳、牛乳、こんぶ、かつお、青のり、 こんにゃく、6分つき米、小麦粉、ごま油、ごめ油、 ごま、にんじん、小松菜、ねぎ、ごぼう、れんこん、 玉ねぎ、バナナ、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、 黒糖、ベーキングパウダー	534 kcal 21.2 g
6	金	牛乳 バナナ	ごはん 鮭のねぎみそ焼き 根菜とこんにゃくのきんぴら 小松菜のすまし汁	牛乳 黒糖ホットケーキ	鮭、みそ、豆乳、牛乳、こんぶ、かつお、青のり、 こんにゃく、6分つき米、小麦粉、ごま油、ごめ油、 ごま、にんじん、小松菜、ねぎ、ごぼう、れんこん、 玉ねぎ、バナナ、砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、 黒糖、ベーキングパウダー	534 kcal 21.2 g	21	土	牛乳 ビスケット	やきそば かぼちゃのごまあえ わかめスープ バナナ	麦茶 納豆のごはんおやき 塩せんべい	豚肉、桜えび、納豆、みそ、牛乳、青のり、わかめ、 6分つき米、やきそば麺、ビスケット、かぼちゃ、 せんべい、ごめ油、ごま油、ごま、にんじん、 キャベツ、ねぎ、バナナ、中濃ソース、ウスター ソース、しょうゆ、砂糖、鶏がらスープ	516 kcal 15.5 g
7	土	牛乳 ビスケット	やきそば かぼちゃのごまあえ わかめスープ バナナ	麦茶 納豆のごはんおやき 塩せんべい	豚肉、桜えび、納豆、みそ、牛乳、青のり、わかめ、 6分つき米、やきそば麺、ビスケット、かぼちゃ、 せんべい、ごめ油、ごま油、ごま、にんじん、 キャベツ、ねぎ、バナナ、中濃ソース、ウスター ソース、しょうゆ、砂糖、鶏がらスープ	516 kcal 15.5 g	24	火	牛乳 ひとくち トースト (シュガー)	ごはん 豚肉の梅みそ焼き 小松菜のおかかあえ えのきのすまし汁	牛乳 桜えびのスコーン	豚肉、かまぼこ、油揚げ、豆乳、みそ、桜えび、 牛乳、こんぶ、かつお、6分つき米、パン、小麦粉、 ごめ油、小松菜、にんじん、玉ねぎ、梅干し、白菜、 砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、 ベーキングパウダー	536 kcal 23.4 g
9	月	麦茶 カルシウム せんべい	チキンカレー フレンチサラダ もやしのスープ	牛乳 チーズパイ	鶏肉、ハム、ベーコン、牛乳、粉チーズ、パイ皮、 6分つき米、せんべい、米粉、じゃが芋、ごめ油、 にんじん、パセリ、玉ねぎ、りんご、キャベツ、 きゅうり、もやし、カレー粉、ケチャップ、ウスター ソース、食塩、砂糖、酢、コンソメ、しょうゆ	527 kcal 16.5 g	25	水	麦茶 カルシウム せんべい	チキンカレー フレンチサラダ もやしのスープ	牛乳 チーズパイ	鶏肉、ハム、ベーコン、牛乳、粉チーズ、パイ皮、 6分つき米、せんべい、米粉、じゃが芋、ごめ油、 にんじん、パセリ、玉ねぎ、りんご、キャベツ、 きゅうり、もやし、カレー粉、ケチャップ、ウスター ソース、食塩、砂糖、酢、コンソメ、しょうゆ	527 kcal 16.5 g
10	火	牛乳 ひとくち トースト (シュガー)	ごはん 豚肉の梅みそ焼き 小松菜のおかかあえ えのきのすまし汁	牛乳 桜えびのスコーン	豚肉、かまぼこ、油揚げ、豆乳、みそ、桜えび、 牛乳、こんぶ、かつお、6分つき米、パン、小麦粉、 ごめ油、小松菜、にんじん、玉ねぎ、梅干し、白菜、 砂糖、みりん、しょうゆ、食塩、 ベーキングパウダー	536 kcal 23.4 g	26	木	牛乳 バナナ	かやくごはん かれいののり塩焼き ひじきとほうれん草のしらすあえ 大根のみそ汁	牛乳 ブルークッキー	鶏肉、かれい、油揚げ、しらす、みそ、豆乳、牛乳、 ひじき、にぼし、こんぶ、かつお、青のり、 6分つき米、小麦粉、コーンフレーク、ソイバター、 ほうれん草、にんじん、こねぎ、バナナ、ごぼう、 乾燥しいたけ、大根、ブルー、しょうゆ、 食塩、ベーキングパウダー、砂糖	538 kcal 23.2 g
12	木	牛乳 バナナ	かやくごはん かれいののり塩焼き ひじきとほうれん草のしらすあえ 大根のみそ汁	牛乳 ブルークッキー	鶏肉、かれい、油揚げ、しらす、みそ、豆乳、牛乳、 ひじき、にぼし、こんぶ、かつお、青のり、 6分つき米、小麦粉、コーンフレーク、ソイバター、 ほうれん草、にんじん、こねぎ、バナナ、ごぼう、 乾燥しいたけ、大根、ブルー、しょうゆ、 食塩、ベーキングパウダー、砂糖	538 kcal 23.2 g	27	金	牛乳 手作りボーロ (黒糖)	しょうゆラーメン さつまいものレモン煮 りんご	麦茶 鮭チャーハン チーズ	豚肉、鮭、牛乳、チーズ、かつお、こんぶ、中華麺、 6分つき米、小麦粉、さつま芋、ごま油、ごめ油、 チンゲン菜、にんじん、こねぎ、キャベツ、ねぎ、 玉ねぎ、りんご、レモン、にんにく、しょうが、 黒糖、食塩、しょうゆ、砂糖	538 kcal 18.3 g
13	金	牛乳 手作りボーロ (黒糖)	しょうゆラーメン さつまいものレモン煮 りんご	麦茶 鮭チャーハン チーズ	豚肉、鮭、牛乳、チーズ、かつお、こんぶ、中華麺、 6分つき米、小麦粉、さつま芋、ごま油、ごめ油、 チンゲン菜、にんじん、こねぎ、キャベツ、ねぎ、 玉ねぎ、りんご、レモン、にんにく、しょうが、 黒糖、食塩、しょうゆ、砂糖	538 kcal 18.3 g	28	土	牛乳 ビスケット	親子丼 ナムル さといものみそ汁 豆乳ヨーグルト	牛乳 ツナサンド	鶏肉、卵、ハム、油揚げ、ツナ、みそ、牛乳、 豆乳ヨーグルト、にぼし、こんぶ、かつお、パン、 ビスケット、6分つき米、里芋、ごま油、マヨドレ、 ごま、ほうれん草、にんじん、玉ねぎ、もやし、 砂糖、みりん、しょうゆ、酢、食塩	536 kcal 27.3 g
14	土	牛乳 ビスケット	親子丼 ナムル さといものみそ汁 豆乳ヨーグルト	牛乳 ツナサンド	鶏肉、卵、ハム、油揚げ、ツナ、みそ、牛乳、 豆乳ヨーグルト、にぼし、こんぶ、かつお、パン、 ビスケット、6分つき米、里芋、ごま油、マヨドレ、 ごま、ほうれん草、にんじん、玉ねぎ、もやし、 砂糖、みりん、しょうゆ、酢、食塩	536 kcal 27.3 g	<div style="border: 2px solid orange; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p><b>今月のもぐもぐタッチ</b></p> </div> <p><b>ももぐみ 19日(木) おにぎりを作ろう</b> <b>ゆりぐみ 20日(金) こんにゃくちぎり</b></p>						
16	月	麦茶 カルシウム せんべい	ごはん 鶏肉のしょうが焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁	牛乳 焼きいも	鶏肉、ハム、厚揚げ、みそ、牛乳、にぼし、 こんぶ、かつお、6分つき米、マカロニ、せんべい、 さつま芋、ごめ油、マヨドレ、にんじん、 ほうれん草、玉ねぎ、しょうが、きゅうり、酒、 砂糖、しょうゆ、食塩	513 kcal 19.7 g	<p>※月平均栄養価 エネルギー 528kcal たんぱく質 20.5g 脂質 19.3g                  ※仕入れの都合により、一部献立を変更する場合があります。                  ※補食…月・水クラッカー/火・金せんべい/木・土ビスケット</p>						