2026年2月ランチメニュー　幼児

今月の栄養量
エネルギー：552kcal
たんぱく質：20.2g
脂質：17.9ｇ
食塩相当量：1.5ｇ

旬の食材
・人参
・白菜
・大根
・いよかん

「はらぺこあおむし」 作/絵：エリック・カール　訳：もり ひさし　偕成社

～「和ごはん」を取り入れよう～

からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。

たかがみねこども園

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
	☆節分☆ ☆食体験：おにっこトッピング☆				
ごはん 鶏肉と根菜の煮物 インゲンのごま和え かきたま汁(雪だるまかまぼこ入り)	おにっこキーマカレー マカロニサラダ オレンジ	ごはん さばのごまだれがけ 人参しりしり 小松菜とうすあげの味噌汁	麦ごはん 鶏肉のパン粉焼き グリーンサラダ わかめと玉ねぎのスープ	ごはん 豚肉の生姜炒め 白菜のレモンポン酢和え ☆おこと汁	
ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰクラッカーサンド 牛乳	クッキー 牛乳	コアコアヨーグルト ぱりんこ・お茶	フライドポテト 牛乳	りんごゼリー ハッピーターン・お茶	
9	10	11	12	13	14
		☆建国記念の日☆		☆バレンタイン☆	
ごはん ししゃもの唐揚げ ブロッコリーのおかか和え 南瓜と玉ねぎの味噌汁	麦ごはん 柳川風煮 もやしのゆかり和え ☆わかめとしめじの赤だし		ごはん 鶏肉のはちみつﾚﾓﾝ風味焼き ひじき煮 もろへいやとえのきのすまし汁	ロールパン クリームシチュー コールスローサラダ チキンナゲット	ゆかりごはん あんかけうどん ほうれん草のしらす和え
のり塩ポップコーン 牛乳	ちぢみ お茶		スイートポテト 牛乳	ガトーショコラ 牛乳	ココナッツサブレ 牛乳
16	17	18	19	20	21
		☆お誕生会メニュー☆			
ごはん 鶏肉と根菜の煮物 インゲンのごま和え かきたま汁	ハヤシライス マカロニサラダ オレンジ	わかめごはん 生のコロッケ (添え：ナポリタンスパゲティ) ブロッコリーの胡麻ドレサラダ コーンスープ	麦ごはん 鶏肉のパン粉焼き グリーンサラダ わかめと玉ねぎのスープ	ごはん 豚肉の生姜炒め 和風サラダ 大根と人参の味噌汁	ケチャップライス ジャーマンポテト キャベツと人参のスープ
お米丸のポン菓子 いよかん・お茶	セサミクッキー 牛乳	ホットケーキ 牛乳	プリン エースコイン・お茶	ぎょうざの皮ピザ 牛乳	ぽたぽた焼き 牛乳
23	24	25	26	27	28
☆天皇誕生日☆				☆ものがたりメニュー☆	
	麦ごはん 柳川風煮 もやしのゆかり和え ☆わかめとしめじの赤だし	ウインナーとほうれん草のスパゲティ キャベツサラダ 豆腐とわかめのスープ	ごはん 鶏肉のはちみつﾚﾓﾝ風味焼き ひじき煮 もろへいやとえのきのすまし汁	ロールパン ビーフシチュー コールスローサラダ チキンナゲット	そぼろ丼 ほうれん草のしらす和え 大根としめじの味噌汁
	シュガートースト 牛乳	五平もち(みたらしあん) お茶	人参ケーキ 牛乳	あおむしおにぎり お茶	マリー 牛乳

☆寒い季節なので、
温かい汁物を工夫しています！