



令和6年度2月献立表

日	曜	昼食	原材料	おやつ	
1	土	麻婆丼 大根の味噌汁	米・豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・椎茸・グリーンピース・生姜・油・鶏ガラ・醤油・砂糖・酒・赤味噌・片栗粉・ごま油 大根・ワカメ・味噌汁	きらきらコーンのおほしさま	
3	月	ケチャップライス マカロニグラタン ブロッコリーサラダ 肉団子のスープ	米・ウインナー・ミックスベジタブル・コンソメ・ケチャップ マカロニ・玉ねぎ・ホワイトソース・コンソメ・チーズ・粉チーズ・パン粉 ブロッコリー・イタリアン野菜MIX・和風ドレッシング うまい菜・チキンボール・コンソメスープ	お茶 巻き寿司 (米・合挽ミンチ・醤油・砂糖・生姜・みりん・人参・ほうれん草・のり)	
4	火	おじゃこご飯 回鍋肉 きんぴらごぼう 小松菜のすまし汁	米・いりこ 豚肉・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・人参・鶏ガラ・赤だし味噌・醤油・砂糖・酒・生姜・油 牛蒡・れんこん・人参・ごま油・醤油・みりん・いりごま 小松菜・かぶ・すまし汁	牛乳 スイートポテト (さつまいも・牛乳・砂糖・マーガリン)	
5	水	ご飯 鮭の西京焼き 厚揚げの煮物 かぼちゃのすまし汁	米 鮭・白みそ・味噌・砂糖・みりん 厚揚げ・人参・いんげん・だし・醤油・みりん・砂糖 かぼちゃ・ねぎ・すまし汁	牛乳 マシュマロおこし (コーンフレーク・マシュマロ・マーガリン)	
6	木	ハヤシライス 人参しりしり りんごヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・じゃがいも・ハヤシルウ・グリーンピース 人参・ツナ・醤油・砂糖・みりん・ごま油 ヨーグルト・砂糖・りんご缶	牛乳 ポテトグラタン (ポテトサラダ・チーズ)	
7	金	炊き込みご飯 五目うどん ちくわの磯辺天	米・油揚げ・人参・いんげん・椎茸・だし・醤油・みりん うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・小松菜・だし・醤油・みりん・塩 ちくわ・天ぷら粉・青のり・油	牛乳 オレンジ	
8	土	チキンカレー	米・鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・油・カレールー		
10	月	ご飯 ささみチーズフライ かぼちゃのそぼろあん さつまいものすまし汁	米 ささみチーズフライ・油・キャベツ・マヨネーズ かぼちゃ・いんげん・大豆ミンチ・だし・醤油・砂糖・みりん・片栗粉 さつまいも・大根葉・すまし汁	牛乳 肉まん	
11	火	2月11日 建国記念の日 			
12	水	ご飯 オムレツ ポテトグラタン 豆腐の味噌汁	米 オムレツ・ケチャップ ポテトサラダ・チーズ 豆腐・ワカメ・味噌汁	牛乳 さつまいももち (さつまいも・米粉・砂糖・豆乳・塩)	
13	木	おじゃこご飯 すき焼き風煮 ほうれん草のりしり 揚げの味噌汁	米・いりこ 牛肉・玉ねぎ・しらたき・白菜・焼き豆腐・だし・醤油・砂糖・酒・みりん・油 ほうれん草・人参・だし・醤油・みりん・のり 油揚げ・大根・ねぎ・味噌汁	牛乳 ウエハース・みかん	
14	金	ピラフ ハートのコロケ 白菜とツナのサラダ かぶのスープ	米・ウインナー・ミックスベジタブル・コンソメ・パセリ ハートのコロケ・油・ブロッコリー・玉ねぎドレッシング 白菜・ツナ・コーン・マヨネーズ かぶ・アスパラ・コンソメスープ	牛乳 フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・砂糖)	
15	土	牛丼 キャベツの味噌汁	米・牛肉・玉ねぎ・だし・醤油・砂糖 キャベツ・えのき・味噌汁	カスタードケーキ	

◆アレルギー表記は対象者に向けての記載ですので、全ての表示ではありません。

※1～2歳児以下の朝のおやつは牛乳と市販のお菓子になります。

アスパラガスビスケット・マンナビスケット・ちょぼちょぼクッキー (卵)

たべっこビスケット・星たべよ

※おやつ**赤字**は手作りです。

※仕入れなどの都合により、献立を変更する場合があります。



なかよしこども園

日	曜	昼食	原材料	おやつ
17	月	ビビンバ丼 切干大根の煮物 玉ねぎのすまし汁	米・合挽ミンチ・生姜・醤油・砂糖・ほうれん草・人参・もやし・醤油・砂糖・ごま油 切干大根・人参・えだまめ・だし・醤油・みりん 玉ねぎ・ワカメ・すまし汁	牛乳 じゃがいもフライ (じゃがいも・油・塩)
18	火	おじゃこご飯 豆腐ハンバーグ パンプキンサラダ マカロニスープ	米・いりこ 合挽ミンチ・豆腐・パン粉・牛乳・鶏ガラ パンプキンサラダ・ブロッコリー マカロニ・ほうれん草・コンソメスープ	牛乳 カルシウムせんべい
19	水	ご飯 さわらのねぎ味噌焼き 筑前煮 豆腐のすまし汁	米 さわら・白みそ・砂糖・ねぎ 鶏肉・里芋・こんにゃく・人参・だし・醤油・砂糖・みりん・きぬさや 豆腐・大根葉・すまし汁	牛乳 マシュマロサンド (クラッカー・マシュマロ)
20	木	カレーライス 春雨サラダ みかんヨーグルト	米・豚肉・人参・じゃがいも・玉ねぎ・カレールー 春雨・コーン・きゅうり・醤油・砂糖・酢・ごま油 ヨーグルト・砂糖・みかん缶	牛乳 のりじゃこトースト (食パン・マヨネーズ・しらす・のり)
21	金	麻婆丼 春巻き じゃがいもの味噌汁 いちご	米・豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・椎茸・グリーンピース・生姜・油・鶏ガラ・醤油・砂糖・酒・赤味噌・片栗粉・ごま油 春巻き・油 じゃがいも・ねぎ・味噌汁 いちご	お茶 ココアパバロア (パバロアの素・牛乳)
22	土	そぼろ丼 小松菜の味噌汁	米・鶏ミンチ・玉ねぎ・醤油・酒・みりん・油・卵そぼろ・きぬさや 小松菜・人参・味噌汁	クリームパン
2月23日(日) 天皇誕生日 2月24日(月) 振替休日				
25	火	おじゃこご飯 肉じゃが ひじきの煮物 さつまいもの味噌汁	米・いりこ 牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しらたき・きぬさや・油・だし・醤油・みりん・砂糖 ひじき・人参・油揚げ・だし・醤油・砂糖・みりん さつまいも・ねぎ・味噌汁	牛乳 原宿ドッグ
26	水	ご飯 ぶりの竜田揚げ ブロッコリーのマヨ和え 貝だくさん味噌汁	米 ぶり・みりん・醤油・生姜・片栗粉・油・サニーレタス・玉ねぎドレッシング ブロッコリー・人参・黄ピーマン・すりごま・マヨネーズ・醤油 大根・人参・里芋・ねぎ・味噌汁	牛乳 ピザトースト (食パン・ピザソース・ケチャップ・ピーマン・玉ねぎ・チーズ)
27	木	鶏肉の甘辛丼 じゃこピーマン 白菜の味噌汁	米・鶏肉・玉ねぎ・小麦粉・醤油・砂糖・みりん ピーマン・しらす・だし・醤油・みりん 白菜・油揚げ・味噌汁	牛乳 大学芋 (さつまいも・油・大学芋のタレ)
28	金	ちらし寿司 ミートボール 菜の花のすまし汁 みかん	米・酢・砂糖・塩・人参・椎茸・高野豆腐・醤油・砂糖・錦糸卵・でんぶ・人参・きぬさや・のり ミートボール 大根・菜の花・すまし汁 みかん	牛乳 ひなまつりゼリー

どうやって味覚は作られる？

子どもの味覚は身体の成長と同時に形成されていきます。薄味を基本にして、素材そのものの味を大切にしていましょ。甘味・塩味・うま味は人間が本来好む味ですが、苦味・酸味のように経験により好むようになる味もあります。経験の少ない子どもは苦手なものも多くなりがちです。幼少期は味覚が形成される大切な時期。いろいろな素材と味に触れ、「味覚」の幅を広げていましょ。多くの味の経験が「おいしい！」という感覚を作っていきます。美味しく食べて丈夫な体を作りましょ。

