



2月 納食献立表(宇治幼稚園)



2026年

日	曜	献 立	赤: 血や肉になる 大豆ミートのハンバーグ ちくわ/油揚げ・みそ	黄: 热や力となる 三温糖・片栗粉・油/米 発芽玄米	緑: 調子をととのえる 切干大根・人参・インゲン キャベツ/オレンジ	(その他の食品) 醤油・みりん・だし	
2	月	照り焼き大豆ミートのハンバーグ 切干大根の炒め煮 ごはん キャベツと油揚げのみそ汁 オレンジ	みんな大好き メニュー	ツナ缶・高野豆腐 白身魚フライ/木綿豆腐 みそ	米・発芽玄米・三温糖/油 なぞなぞふがし	コーン・胡瓜/大根・人参・椎茸 ねぎ	酢・塩・マヨドレ・醤油 みりん・だし
3	火	ちらし寿司 白身魚フライ 具沢山のみそ汁 なぞなぞふがし	2月3日は 節分です。				
4	水	おにぎり(おかか)		花かつお・焼きのり	米・発芽玄米		醤油
5	木	厚揚げの照りマヨ炒め 小町和え ごはん 青菜としめじのみそ汁 リンゴ	みんな大好き メニュー	厚揚げ/油揚げ・みそ	三温糖・油・白ごま/米 発芽玄米	玉葱/もやし・青菜・しめじ りんご	醤油・みりん・マヨドレ・だし
6	金	大豆ミートのブラウンシチュー ツナサラダ ごはん パインアップル	和 メニュー	大豆ミート・みそ/ツナ缶	じゃが芋・油・片栗粉/米 発芽玄米	玉葱・人参・インゲン/キャベツ 胡瓜/パインアップル	ケチャップ・ソース 8大アレルゲン不使用 コマドレッシング
9	月	焼肉丼風 キャベツ入りスパゲティサラダ 若布と椎茸のスープ オレンジ	どんぶりの日	大豆ミート/ツナ缶/わかめ	米・三温糖・油/スパゲティ	玉葱・ピーマン・人参・しめじ にんにく/キャベツ・胡瓜・コーン 椎茸/オレンジ	みりん・醤油・マヨドレ・だし
10	火	あんかけうどん 春巻き キャベツのごま和え りんご	めんの日	油揚げ/春巻き	うどん・片栗粉・油 すりごま	玉葱・ねぎ・椎茸/キャベツ 人参/りんご	だし・醤油・みりん
12	木	サワラの西京焼き 菜の花とちくわの和風ドレッシング和え ごはん 花麩と若布のお吸い物 いよかん	旬の食材を 食べよう	サワラ・みそ/ちくわ わかめ	三温糖・油/米・発芽玄米 花麩	菜の花・キャベツ・人参 いよかん	みりん・手作りドレッシング 醤油・だし
13	金	大豆ミートチャップ 花野菜の炒めもの ごはん 白菜と若布のスープ ココアケーキ	明日は 「バレンタインデー」	大豆ミート/わかめ	油・三温糖/米・発芽玄米 ケキミックス	玉葱・しめじ/ブロッコリー カリフラワー・コーン/白菜	ケチャップ・塩・こしょう 醤油・だし・ピュアココア
16	月	赤魚の塩焼き おかかブロッコリー ひじき納豆 ごはん 大根と若布のみそ汁 オレンジ	納豆を食べよう!	赤魚/花かつお/ひじき 納豆/わかめ・みそ	油/白ごま・三温糖/米 発芽玄米	ブロッコリー/大根/オレンジ	塩・醤油・みりん・だし
17	火	お野菜たっぷりソース焼きそば 南瓜の甘煮 豆腐とねぎのみそ汁 いよかん	めんの日	油揚げ/木綿豆腐・みそ	焼きそば・油/三温糖	人参・玉葱・キャベツ・もやし ピーマン・木耳・南瓜・ねぎ いよかん	塩・ソース・醤油・みりん だし
18	水	おにぎり(菜めし)		焼きのり	米・発芽玄米	菜めしの素	
19	木	カレーライス ハートのコロッケ グリーンサラダ パインアップル	カレーの日	大豆・みそ/ハートのコロッケ	米・発芽玄米・油・じゃが芋 片栗粉	玉葱・人参/レタス・キャベツ 貝割れ・胡瓜/パインアップル	純カレー・ケチャップ ソース・こしょう・塩 8大アレルゲン不使用 フレンドドレッシング
20	金	車麩の角煮風 具沢山の春雨サラダ ごはん もやしと油揚げのみそ汁 リンゴ	和 メニュー	ツナ缶/油揚げ・みそ	車麩・片栗粉・油・三温糖 春雨/米・発芽玄米	キャベツ・胡瓜・玉葱・人参 コーン/もやし/りんご	醤油・みりん・だし 手作りドレッシング
24	火	カレイのムニエル ナポリタンマカロニ ごはん キャベツと若布のスープ オレンジ	お魚を洋風に!	カレイ/ツナ缶/わかめ	小麦粉・油/マカロニ/米 オレンジ	玉葱・コーン・ピーマン/キャベツ オレンジ	塩・こしょう・ケチャップ 醤油・だし
25	水	おにぎり(塩昆布)		塩昆布・焼きのり	米・発芽玄米		
26	木	大豆ミートのから揚げ 菜の花のお浸し ごはん もやしと油揚げのみそ汁 リンゴ	みんな大好き メニュー	大豆ミート/ちくわ・油揚げ みそ	片栗粉・油/米・発芽玄米	しょうが・にんにく/菜の花・白菜 人参/もやし/りんご	みりん・醤油・だし

材料等の都合により献立を変更することがございます。