



# 2026年2月給食だより



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				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	その他	献立	材料
2	月	ソフトサラダ お茶	サーモンの塩焼 がんもの煮物 ほうれん草とちくわの和え物 ごはん 味噌汁	ピンクサーモン がんもどき ちくわ  赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん ほうれん草・コーン  キャベツ・玉ねぎ・わかめ	砂糖  米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし  だし	あおさのお麴ラスク  牛乳	おつゆ麴・オリーブ油・コンソメ 砂糖・あおさのり 牛乳
3	火	豆花クッキー お茶	鶏肉の味噌焼 花野菜のマヨ和え 福豆ごはん けんちん汁 フルーツ (パイン缶)	鶏肉・白みそ  大豆 豆腐	ブロッコリー・カリフラワー・コーン 人参・ひじき 大根・人参・ごぼう・青ねぎ パイン (缶詰)	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	本みりん・料理酒  料理酒・醤油・本みりん だし・醤油・塩	おにまんじゅう  牛乳	さつま芋・砂糖 小麦粉 牛乳
4	水	かぼちゃポーロ お茶	スパゲティナポリタン チキンサラダ スープ フルーツ (バナナ)	ウインナー チキンフレーク	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・小松菜 バナナ	スパゲティ・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	五平餅 (ごへいもち)  お茶	米(国産)・でん粉・赤みそ 砂糖・油 麦茶
5	木	クラッカー お茶	白身魚フライ 手作りなめたけ 切干大根サラダ 麦入りごはん 味噌汁	白身魚フライ   豆腐・赤みそ・白みそ	えのきたけ 切干大根・きゅうり・人参  玉ねぎ・白菜	油  砂糖・オリーブ油 米(国産)・押麦	醤油・本みりん 醤油・酢・塩  だし	餃子ビザ(マヨコーン)  牛乳	ギョーザの皮・マヨネーズタイプ(卵不使用)・コーン ミックスチーズ・ドライパセリ 牛乳
6	金	ぼたぼた焼 お茶	ボークシュュー コーンサラダ パン フルーツ (オレンジ)	豚肉 ハム	人参・玉ねぎ・ブロッコリー コーン・人参・キャベツ  オレンジ	じゃが芋・バター 砂糖・オリーブ油 食パン	料理用赤ワイン・ビーフシチューミックス・トマトケチャップ 酢・塩・醤油	パインゼリー  牛乳	寒天・砂糖 おろしパイン 牛乳
7	土	かぼちゃポーロ お茶	根菜うどん	豚肉	ごぼう・大根・人参・ほうれん草	うどん・里芋・砂糖	醤油・料理酒・だし		
9	月	五穀ビスケット お茶	高野豆腐のそぼろ丼 さつま芋の甘煮 小松菜とちくわのごまマヨ和え 味噌汁	凍り豆腐・豚ひき肉  ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・青ねぎ  小松菜・人参・コーン 大根・わかめ	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 さつま芋・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま おつゆ麴	醤油・料理酒・だし だし・醤油 塩 だし	きなこマカロニ  お茶	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 麦茶
10	火	豆花クッキー お茶	醤油ラーメン かぼちゃのチーズ焼 白菜のおかか和え フルーツ (みかん缶)	豚肉 ミックスチーズ かつお節	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし かぼちゃ 白菜・きゅうり・コーン みかん(缶詰)	ラーメン・油・調合ごま油 油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース  醤油	ツナマヨおにぎり  お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
12	木	白い風船ミルククリーム お茶	サバの甘辛焼 オクラの納豆和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (グレープフルーツ)	さば 納豆  赤みそ・白みそ	オクラ・人参  白菜・玉ねぎ・かぼちゃ グレープフルーツルビー	砂糖・油  米(国産)・押麦	醤油・料理酒 醤油  だし	メープルトースト  牛乳	食パン・バター メープルシロップ 牛乳
13	金	ぼたぼた焼 お茶	ハートのハンバーグ チーズサラダ ロールパン スープ フルーツ (バナナ)	ハンバーグ チーズ	キャベツ・きゅうり・人参  大根・ほうれん草・しめじ バナナ	油 油・砂糖 バターロールパン	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・酢  コンソメ	パレンタイントライフル  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター・牛乳・黄桃(缶詰) みかん(缶詰)・パイン (缶詰)・寒天・ホイップクリーム・ストロベリーソース 牛乳
14	土	ソフトサラダ お茶	五目チャーハン スープ	ウインナー 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ わかめ・大根	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
16	月	かぼちゃポーロ お茶	豚丼 ★ひじきの中華和え 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	豚肉 ハム 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ひじき・コーン・人参・きゅうり 小松菜・玉ねぎ オレンジ	米(国産)・押麦・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油・白ごま おつゆ麴	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢 だし	お好み焼き  牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
17	火	ソフトサラダ お茶	五目あんかけうどん かぼちゃの旨煮 大根と胡瓜の甘酢和え フルーツ (バナナ)	豚肉	ほうれん草・白菜・人参・しいたけ・だし昆布 かぼちゃ 大根・きゅうり・人参 バナナ	うどん・でん粉  砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし 酢・醤油	きつねおにぎり  お茶	米(国産)・油揚げ・砂糖 本みりん・醤油 麦茶
18	水	クラッカー お茶	ギーマカレー ツナサラダ スープ フルーツ (みかん缶)	豚ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・きゅうり・人参 大根・チンゲン菜・しめじ みかん(缶詰)	米(国産)・押麦・油・砂糖・いちごジャム・りんごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ	コンソメポテトフライ  牛乳	ポテトフライ・油 コンソメ 牛乳
19	木	豆花クッキー お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー 花野菜サラダ ごはん ★クラブニックスープ	たら  ベーコン	玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・コーン  人参・しめじ・青ねぎ	小麦粉・バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) 押麦・じゃが芋	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油  コンソメ	メロンパン風トースト  牛乳	食パン・バター・豆腐 砂糖・小麦粉・グラニュー糖 牛乳
20	金	五穀ビスケット お茶	★ガーリックチキン あおさポテト シルバーサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉   油揚げ・赤みそ・白みそ	にんにく あおさのり 人参・きゅうり  ほうれん草・キャベツ	砂糖・バター じゃが芋・油 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・料理酒 塩  だし	ちんすこう風  牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
21	土	ぼたぼた焼 お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		
24	火	ソフトサラダ お茶	豆腐ハンバーグ チンゲン菜のしらす和え ごはん 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	豆腐野菜ハンバーグ しらす  赤みそ・白みそ	チンゲン菜・人参  玉ねぎ・わかめ パイン (缶詰)	油・砂糖・でん粉  米(国産) じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし  だし	かぼちゃのパンケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・かぼちゃ 牛乳
25	水	かぼちゃポーロ お茶	回鍋肉 マカロニサラダ ごはん 中華スープ フルーツ (グレープフルーツ)	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・しょうが 人参・きゅうり  大根・もやし・小松菜 グレープフルーツルビー	油・砂糖・でん粉 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん  鶏がらスープ	きなこバターサンド  牛乳	食パン・きな粉 バター・砂糖 牛乳
26	木	ぼたぼた焼 お茶	ピラフ コロケ ブロッコリーサラダ スープ アップルゼリー	ウインナー	人参・玉ねぎ・ドライパセリ  ブロッコリー・キャベツ・コーン ほうれん草・玉ねぎ・えのきたけ 寒天・りんごジュース	米(国産)・油・バター 牛肉コロケ・油 砂糖・オリーブ油  砂糖	コンソメ・塩 中濃ソース 酢・塩 コンソメ	お誕生日ケーキ (バナナ)  ヤクルト	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳 油・バナナ・ホイップクリーム 乳酸菌飲料 (ヤクルト)
27	金	白い風船ミルククリーム お茶	さわらのチーズ焼き じゃが芋のきんぴら ほうれん草のおかか和え 麦入りごはん 味噌汁	さわら・チーズ  かつお節  油揚げ・赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・もやし・しめじ  白菜・玉ねぎ	油 じゃが芋・油・砂糖・白ごま  米(国産)・押麦	塩 だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油  だし	あんこクッキー  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー こしあん・マーガリン 牛乳
28	土	豆花クッキー お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年2月給食だより（離乳完了期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				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	その他	献立	材料
2	月	ハイハイン お茶	サーモンの塩焼 がんもの煮物 ほうれん草とちくわの和え物 軟飯 味噌汁	ピンクサーモン がんもどき ちくわ  赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん ほうれん草・コーン  キャベツ・玉ねぎ・わかめ	砂糖  米(国産)	塩 だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし  だし	あおさのお麴ラスク  牛乳	おつゆ麴・オリーブ油・コンソメ 砂糖・あおさのり 牛乳
3	火	ベビースティック お茶	鶏肉の味噌焼 花野菜のマヨ和え 福豆軟飯 けんちん汁 フルーツ（パイン缶）	鶏肉・白みそ  大豆 豆腐	ブロッコリー・カリフラワー・コーン 人参・ひじき 大根・人参・ごぼう・青ねぎ パイン（缶詰）	砂糖・油 マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	本みりん・料理酒  料理酒・醤油・本みりん だし・醤油・塩	おにまんじゅう  牛乳	さつま芋・砂糖 小麦粉 牛乳
4	水	かぼちゃポーロ お茶	スパゲティナポリタン チキンサラダ スープ フルーツ（バナナ）	ウインナー チキンフレーク	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・小松菜 バナナ	スパゲティ・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	五平餅（ごへいもち）  お茶	米(国産)・でん粉・赤みそ 砂糖・油 麦茶
5	木	野菜ハイハイン お茶	白身魚フライ(焼) 手作りなめだけ 切干大根サラダ 軟飯 味噌汁	白身魚フライ   豆腐・赤みそ・白みそ	えのきたけ 切干大根・きゅうり・人参  玉ねぎ・白菜	油  砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・本みりん 醤油・酢・塩  だし	餃子ビザ(マヨコーン)  牛乳	ギョーザの皮・マヨネースタイプ(卵不使用)・コーン ミックスチーズ・ドライパセリ 牛乳
6	金	ハイハイン お茶	ボークシチュー コーンサラダ パン フルーツ（オレンジ）	豚肉 ハム	人参・玉ねぎ・ブロッコリー コーン・人参・キャベツ  オレンジ	じゃが芋・バター 砂糖・オリーブ油 食パン	料理用赤ワイン・ビーフシチューミックス・トマトケチャップ 酢・塩・醤油	パインゼリー  牛乳	寒天・砂糖 おろしパイン 牛乳
7	土	かぼちゃポーロ お茶	根菜うどん	豚肉	ごぼう・大根・人参・ほうれん草	うどん・里芋・砂糖	醤油・料理酒・だし		
9	月	ベビースティック お茶	高野豆腐のそぼろ丼 さつま芋の甘煮 小松菜とちくわのごまマヨ和え 味噌汁	凍り豆腐・豚ひき肉  ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・しょうが・青ねぎ  小松菜・人参・コーン 大根・わかめ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 さつま芋・砂糖 マヨネースタイプ(卵不使用)・白ごま おつゆ麴	醤油・料理酒・だし だし・醤油 塩 だし	きなこマカロニ  お茶	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 麦茶
10	火	ハイハイン お茶	醤油ラーメン かぼちゃのチーズ焼 白菜のおかか和え フルーツ（みかん缶）	豚肉 ミックスチーズ かつお節	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし かぼちゃ 白菜・きゅうり・コーン みかん(缶詰)	ラーメン・油・調合ごま油 油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース  醤油	ツナマヨおにぎり  お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネースタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
12	木	ベビースティック お茶	白身魚の甘辛焼 オクラの納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ（グレープフルーツ）	たら 納豆  赤みそ・白みそ	オクラ・人参  白菜・玉ねぎ・かぼちゃ グレープフルーツルビー	砂糖・油  米(国産)	醤油・料理酒 醤油  だし	メープルトースト  牛乳	食パン・バター メープルシロップ 牛乳
13	金	野菜ハイハイン お茶	ハートのハンバーグ チーズサラダ ロールパン スープ フルーツ（バナナ）	ハンバーグ チーズ	キャベツ・きゅうり・人参  大根・ほうれん草・しめじ バナナ	油 油・砂糖 バターロールパン	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・酢  コンソメ	パレンタイントライフル  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター・牛乳・黄桃(缶詰) みかん(缶詰)・パイン（缶詰）・寒天・ホイップクリーム・ストロベリーソース 牛乳
14	土	ハイハイン お茶	五目チャーハン スープ	ウインナー 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ わかめ・大根	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
16	月	かぼちゃポーロ お茶	豚丼 ★ひじきの中華和え 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豚肉 ハム 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ひじき・コーン・人参・きゅうり 小松菜・玉ねぎ オレンジ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖・調合ごま油・白ごま おつゆ麴	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢 だし	お好み焼き  牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 牛乳
17	火	野菜ハイハイン お茶	五目あんかけうどん かぼちゃの旨煮 大根と胡瓜の甘酢和え フルーツ（バナナ）	豚肉	ほうれん草・白菜・人参・しいたけ・だし昆布 かぼちゃ 大根・きゅうり・人参 バナナ	うどん・でん粉  砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし 酢・醤油	きつねおにぎり  お茶	米(国産)・油揚げ・砂糖 本みりん・醤油 麦茶
18	水	ハイハイン お茶	ギーマカレー ツナサラダ スープ フルーツ（みかん缶）	豚ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・きゅうり・人参 大根・チンゲン菜・しめじ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・いちごジャム・りんごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ	コンソメポテトフライ(焼)  牛乳	ポテトフライ・油 コンソメ 牛乳
19	木	ベビースティック お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー 花野菜サラダ 軟飯 ★クラブニックスープ	たら  ベーコン	玉ねぎ・ドライパセリ カリフラワー・ブロッコリー・コーン  人参・しめじ・青ねぎ	小麦粉・バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) 押麦・じゃが芋	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油  コンソメ	メロンパン風トースト  牛乳	食パン・バター・豆腐 砂糖・小麦粉・グラニュー糖 牛乳
20	金	かぼちゃポーロ お茶	★ガーリックチキン あおさポテト シルバーサラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉   油揚げ・赤みそ・白みそ	にんにく あおさのり 人参・きゅうり  ほうれん草・キャベツ	砂糖・バター じゃが芋・油 緑豆春雨・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・料理酒 塩  だし	ちんすこう風  牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
21	土	野菜ハイハイン お茶	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん		
24	火	野菜ハイハイン お茶	豆腐ハンバーグ チンゲン菜のしらす和え 軟飯 味噌汁 フルーツ（パイン缶）	豆腐野菜ハンバーグ しらす  赤みそ・白みそ	チンゲン菜・人参  玉ねぎ・わかめ パイン（缶詰）	油・砂糖・でん粉  米(国産) じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし  だし	かぼちゃのパンケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳・かぼちゃ 牛乳
25	水	かぼちゃポーロ お茶	回鍋肉 マカロニサラダ 軟飯 中華スープ フルーツ（グレープフルーツ）	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・しょうが 人参・きゅうり  大根・もやし・小松菜 グレープフルーツルビー	油・砂糖・でん粉 マカロニ・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん  鶏がらスープ	きなこバターサンド  牛乳	食パン・きな粉 バター・砂糖 牛乳
26	木	ハイハイン お茶	ピラフ 焼コロッケ ブロッコリーサラダ スープ アップルゼリー	ウインナー	人参・玉ねぎ・ドライパセリ  ブロッコリー・キャベツ・コーン ほうれん草・玉ねぎ・えのきたけ 寒天・りんごジュース	米(国産)・油・バター 牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油  砂糖	コンソメ・塩 中濃ソース 酢・塩 コンソメ	お誕生日ケーキ（バナナ）  ヤクルト	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳 油・バナナ・ホイップクリーム 乳酸菌飲料（ヤクルト）
27	金	野菜ハイハイン お茶	さわらのチーズ焼き じゃが芋のきんぴら ほうれん草のおかか和え 軟飯 味噌汁	さわら・チーズ かつお節  油揚げ・赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・もやし・しめじ  白菜・玉ねぎ	油 じゃが芋・油・砂糖・白ごま  米(国産)	塩 だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油  だし	あんこクッキー  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー こしあん・マーガリン 牛乳
28	土	ベビースティック お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年2月給食だより（離乳後期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				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	その他	献立	材料
2	月	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍かゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮  お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
3	火	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのみ煮 5倍かゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布  人参・大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
4	水	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん きゅうりのおかか煮 小松菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 小松菜・人参	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや  お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
5	木	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 白菜の和え物 5倍かゆ すまし汁	たら・白みそ  豆腐	人参・だし昆布 白菜・きゅうり  玉ねぎ・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油  醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
6	金	ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツのおかか和え 5倍かゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) かつお節  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・だし昆布  人参・だし昆布	じゃが芋  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	煮りんご お茶	りんご 麦茶
7	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
9	月	ベビースティック お茶	さつま芋のそぼろ煮 大根のお浸し 5倍かゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 大根・人参  玉ねぎ・小松菜・だし昆布	さつま芋  米(国産)	醤油 醤油	野菜にゅうめん  お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
10	火	ハイハイン お茶	煮込みうどん かぼちゃのみ煮 5倍かゆ すまし汁	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布	うどん  米(国産)	醤油 醤油  醤油・塩	ツナおじや  お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
12	木	ベビースティック お茶	白身魚のあおさ煮 人参の納豆和え 5倍かゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのみ・だし昆布 人参・だし昆布  白菜・かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 スキムミルク 麦茶
13	金	野菜ハイハイン お茶	そぼろ大根 ほうれん草のお浸し 5倍かゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
14	土	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
16	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 きゅうりのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉  おつゆ麩	醤油 醤油	さつま芋のミルク煮 お茶	さつま芋 スキムミルク 麦茶
17	火	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根のみ煮 蒸しかぼちゃ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・ほうれん草・だし昆布 大根・だし昆布 かぼちゃ	うどん	醤油 醤油	味噌おじや  お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶
18	水	ハイハイン お茶	ツナと大根の煮物 キャベツときゅうりのお浸し 5倍かゆ スープ	ツナフレーク	大根・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布  チンゲン菜・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
19	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 カリフラワーのあおさ煮 5倍かゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布・あおさのみ  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	食パン・人参 スキムミルク 麦茶
20	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが ほうれん草のお浸し 5倍かゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
21	土	野菜ハイハイン お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
24	火	野菜ハイハイン お茶	しらすとじゃが芋の煮物 チンゲン菜のお浸し 5倍かゆ 味噌汁	しらす  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
25	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりともやしの煮浸し 5倍かゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・人参・だし昆布 きゅうり・もやし・だし昆布  大根・小松菜・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油  塩	さつま芋のパンがゆ お茶	パン粉・さつま芋 スキムミルク 麦茶
26	木	ハイハイン お茶	ブロッコリーのそぼろあん キャベツのお浸し 5倍かゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
27	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 ほうれん草のお浸し 5倍かゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  白菜・だし昆布	でん粉  米(国産) じゃが芋	醤油  醤油・塩	煮りんご お茶	りんご 麦茶
28	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・さつま芋・でん粉	醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。





# 2026年2月給食だより（離乳中期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				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	その他	献立	材料
2	月	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮  お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
3	火	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのみ煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布  人参・大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
4	水	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん きゅうりのおかか煮 小松菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 小松菜・人参	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや  お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
5	木	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 白菜の和え物 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ  豆腐	人参・だし昆布 白菜・きゅうり  玉ねぎ・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油  醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
6	金	ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツのおかか和え 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) かつお節  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・だし昆布  人参・だし昆布	じゃが芋  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	煮りんご お茶	りんご 麦茶
7	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
9	月	ベビースティック お茶	さつま芋のそぼろ煮 大根のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 大根・人参  玉ねぎ・小松菜・だし昆布	さつま芋  米(国産)	醤油 醤油	野菜にゅうめん  お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
10	火	ハイハイン お茶	煮込みうどん かぼちゃのみ煮 7倍がゆ すまし汁	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布	うどん  米(国産)	醤油 醤油  醤油・塩	ツナおじや  お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
12	木	ベビースティック お茶	白身魚のあおさ煮 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのみ・だし昆布 人参・だし昆布  白菜・かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 スキムミルク 麦茶
13	金	野菜ハイハイン お茶	そぼろ大根 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
14	土	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
16	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 きゅうりのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉  おつゆ麩	醤油 醤油	さつま芋のミルク煮 お茶	さつま芋 スキムミルク 麦茶
17	火	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根のみ煮 蒸しかぼちゃ	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・人参・ほうれん草・だし昆布 大根・だし昆布 かぼちゃ	うどん	醤油 醤油	味噌おじや  お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶
18	水	ハイハイン お茶	ツナと大根の煮物 キャベツときゅうりのお浸し 7倍がゆ スープ	ツナフレーク	大根・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布  チンゲン菜・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
19	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 カリフラワーのあおさ煮 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布・あおさのみ  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	食パン・人参 スキムミルク 麦茶
20	金	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  玉ねぎ・キャベツ・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
21	土	野菜ハイハイン お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
24	火	野菜ハイハイン お茶	しらすとじゃが芋の煮物 チンゲン菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	しらす  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・人参・だし昆布  玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
25	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりともやしのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・人参・だし昆布 きゅうり・もやし・だし昆布  大根・小松菜・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油  塩	さつま芋のパンがゆ お茶	パン粉・さつま芋 スキムミルク 麦茶
26	木	ハイハイン お茶	ブロッコリーのそぼろあん キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
27	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布  白菜・だし昆布	でん粉  米(国産) じゃが芋	醤油  醤油・塩	煮りんご お茶	りんご 麦茶
28	土	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・さつま芋・でん粉	醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年2月給食だより（離乳初期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にかからだをつくるもの	主にか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	その他
2	月	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト		キャベツ 玉ねぎ ほうれん草	米(国産)	
3	火	10倍がゆ 人参のペースト 大根のペースト ブロッコリーのペースト		人参 大根 ブロッコリー	米(国産)	
4	水	10倍がゆ キャベツのペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		キャベツ きゅうり 人参	米(国産)	
5	木	10倍がゆ 人参のペースト 白菜のペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参 白菜	米(国産)	
6	金	10倍がゆ 人参のペースト 玉ねぎのペースト じゃが芋のペースト		人参 玉ねぎ	米(国産)  じゃが芋	
7	土	10倍がゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト 大根のペースト		ほうれん草 人参 大根	米(国産)	
9	月	10倍がゆ さつま芋のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト		きゅうり 小松菜	米(国産) さつま芋	
10	火	10倍がゆ かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト 白菜のペースト		かぼちゃ 玉ねぎ 白菜	米(国産)	
12	木	10倍がゆ かぼちゃのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		かぼちゃ 人参 玉ねぎ	米(国産)	
13	金	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		玉ねぎ 人参 ほうれん草	米(国産)	
14	土	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		大根 人参 玉ねぎ	米(国産)	
16	月	10倍がゆ 小松菜のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		小松菜 きゅうり 人参	米(国産)	
17	火	10倍がゆ かぼちゃのペースト 白菜のペースト 大根のペースト		かぼちゃ 白菜 大根	米(国産)	
18	水	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 大根のペースト		キャベツ 人参 大根	米(国産)	
19	木	10倍がゆ じゃが芋のペースト カリフラワーのペースト 人参のペースト		カリフラワー 人参	米(国産) じゃが芋	
20	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト ほうれん草のペースト		キャベツ ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
21	土	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		キャベツ 玉ねぎ 人参	米(国産)	
24	火	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		人参 玉ねぎ	米(国産) じゃが芋	
25	水	10倍がゆ 大根のペースト 小松菜のペースト きゅうりのペースト		大根 小松菜 きゅうり	米(国産)	
26	木	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		ブロッコリー 人参 玉ねぎ	米(国産)	
27	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト 白菜のペースト ほうれん草のペースト		白菜 ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
28	土	10倍がゆ さつま芋のペースト 人参のペースト 大根のペースト		人参 大根	米(国産) さつま芋	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。