




日光認定こども園 2026・2

月		火		水		木		金		土		
2	鯖のソース煮 野菜のゆかり和え 豆乳スープ くだもの・牛乳 ミルク・チップスター	3	豆腐ハンバーグ 焼きそば・フライビーンズ 麩のすまし汁 くだもの・牛乳 ミルク・ドーナツ	4	チーズオムレツ こんにゃくチャブチェ なめこのみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・クロワッサン	5	タンドリーチキン ひじきマリネ 洋風玉子スープ くだもの・牛乳 ミルク・みかんケーキ	6	赤魚の煮付け じゃが芋とひじきの和風サラダ 田舎汁 くだもの・牛乳 おにぎり（昆布・ごま）	7	他人どんぶり 野菜の海苔和え ベイクドポテト くだもの・牛乳 ビスケット	
9	野菜たっぷりつくね わかめのごま酢和え 春雨スープ くだもの・牛乳 ミルク・ごまバタークッキー	10	鰯のカレーパン粉焼き 野菜の五目和え 豆腐のみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・豆乳蒸しパン	11	建国記念の日		12	豆腐ボール きゅうりと玉ねぎの酢の物 ミネストローネ くだもの・牛乳 ミルク・マフィン	13	ベジタブルエッグ 冬野菜のごまみそ和え もずくのすまし汁 くだもの・牛乳 白玉だんご	14	ハヤシライス ポテトサラダ チーズ くだもの・牛乳 せんべい
16	挽肉とキャベツの厚焼き玉子 粉ふき芋 高野のみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・ココアボール	17	白身魚のねぎみそ焼き ひじきとベーコンの煮物 豆腐のすまし汁 くだもの・牛乳 ミルク・デニッシュパン	18	手作り弁当日 		19	豆腐のグラタン キャベツの昆布和え 湯葉のすまし汁 くだもの・牛乳 ミルク・大納言ケーキ	20	ポークカレー 海藻サラダ ゆで玉子 くだもの・牛乳 フルーチェ（いちご）	21	焼きそば 炒り玉子 じゃが芋のみそ汁 くだもの・牛乳 ビスケット
23	天皇誕生日		24	ししゃものごま焼き コールスローサラダ 麻婆豆腐 くだもの・牛乳 ミルク・チーズスコーン	25	鶏のから揚げ マセドアンサラダ コーンスープ くだもの・牛乳 ミルク・マシュマロクラッカー	26	だし巻き玉子 大根の梅かつおドレッシング ビーフシチュー くだもの・牛乳 ミルク・豆腐の信玄餅風	27	鯖の韓国風焼き バンサンスー 小松菜のスープ くだもの・牛乳 ミルク・きな粉サンド	28	スパゲッティミートソース ツナサラダ サイコロスープ くだもの・牛乳 せんべい



#### 節分豆は5歳以下の子どもには食べさせないで！

「歳の数だけ節分豆を食べると健康になる」という風習がありますが、たとえ数粒であっても食べさせないでください。喉や気管に詰まることによる窒息や誤嚥、気管支炎、肺炎を引き起こすリスクが高く、とても危険です。節分豆だけではなく、固くて噛み砕く必要のある豆やナッツ類は5歳以下の子どもには食べさせないようにしてください。

#### 栄養たっぷり冬野菜！！

気温が低くなることでどんどん味がおいしくなる冬野菜は、免疫力を高め風邪の予防にも効果があります。たくさん食べて寒い冬を乗り切りましょう。

※食材の都合により、献立を変更する場合があります。

※3月の手作り弁当日は5日（木）です。よろしくお願いします。



