

2026年 02月  
こじか福祉会 乳児食

日／曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			1,2才朝おやつ	栄 養 価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		午後おやつ
02 － 月 －	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ 白菜スープ	米、小麦粉、片栗粉、 じゃがいも	豚肉(もも)、豚肉(ば ら)、ピザ用チーズ、マ ヨドレ	グレープフルーツ、たま ねぎ、ブロッコリー、白菜、人 参、ねぎ、キャベツ、にら、 コーン缶、マッシュルーム、 しいたけ、しめじ、グリーン ピース（冷凍）	鳥がらだし汁、コンソ メ、中華だしの素	むらさきいもせんべい チーズチヂミ グレープフルーツ ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 472 kcal たんばく質 18.4 g 脂 質 15.5 g
03 － 火 －	いわしのかば焼き丼 春菊とえのきの和え物 みそ汁	米、じゃがいも、三温 糖、小麦粉、油、砂糖	いわし、卵(厚焼き 卵)、油揚げ、白みそ、	みかん、しゅんぎく、キャバ etz、えのきだけ、あさつき、 きゅうり、かんぴょう （乾）、焼きのり、生姜	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、みりん、酢、 食塩	豆乳クッキー 恵方巻 みかん ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 554 kcal たんばく質 20.2 g 脂 質 12.8 g
04 － 水 －	ごはん 信田煮 ほうれん草としらすのおかか和え みそ汁	米、じゃがいも、小麦 粉、三温糖	牛乳、鶏もも肉、油揚 げ、バター、白みそ、し らす干し、かつお節	ほうれん草、バナナ、はく さい、人参、玉ねぎ、しめじ、 いんげん	かつお・昆布だし汁、 みりん、しょうゆ、食 塩	きなこフィンガービスケット かたつむりクッキー バナナ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 465 kcal たんばく質 21.7 g 脂 質 14.5 g
05 － 木 －	コッペパン クリームシチュー 水菜サラダ	コッペパン、じゃがい も、マカロニ、三温糖、 油	牛乳、鶏もも肉、乳・ 卵抜きベーコン、バ ター	みかん、玉ねぎ、トマト、 キャベツ、人参、しめじ、 ピーマン、きょうな、コーン （冷凍）	ホワイトソース、ケ チャップ、酢、コンソ メ、食塩	鉄塩せん マカロニナポリタン みかん 牛乳	エ ネ ル ギ ー 496 kcal たんばく質 22.5 g 脂 質 14.8 g
06 － 金 －	ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ みそ汁	米、三温糖、油	豚肉(ロース・脂身な し)、ヨーグルト(無 糖)、マヨドレ、白みそ	玉ねぎ、かぼちゃ、いちご、 バナナ、トマト、ブロッコ リー、なめこ、あさつき、 カットわかめ、レモン果汁、 生姜	かつお・昆布だし汁、 みりん、しょうゆ	かぼちゃポーロ いちごバナナヨーグルト ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 399 kcal たんばく質 16.8 g 脂 質 13.1 g
07 － 土 －	チキンライス 温野菜（赤パプリカ・ブロッコリー） キャベツスープ	米、小麦粉、砂糖、油、 じゃがいもでん粉、 ショートニング	牛乳、鶏もも肉（皮付 き）、絹ごし豆腐、き な粉、脱脂粉乳	ブロッコリー、玉ねぎ、キャ ベツ、オレンジ、赤ピーマ ン、グリーンピース（冷凍）、 コーン（冷凍）、人参	鳥がらだし汁、ケ チャップ、コンソメ、 食塩	鉄塩せん きなこフィンガービスケット オレンジ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 455 kcal たんばく質 18.7 g 脂 質 13.1 g
日曜日							
09 － 月 －	ごはん 油淋鶏 わかめときゅうりの酢の物 青梗菜スープ	米、三温糖、小麦粉、 油、片栗粉	鶏もも肉、牛乳、きな 粉	バナナ、きゅうり、トマト、 チンゲンサイ、ねぎ、大根、 人参、干しいたけ、カット わかめ、生姜	鳥がらだし汁、かつ お・昆布だし汁、しょ うゆ、酢、コンソメ	むらさきいもせんべい きなこ蒸しパン バナナ ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 493 kcal たんばく質 16.8 g 脂 質 15.4 g
10 － 火 －	ごはん 肉豆腐 小松菜と油揚げのお浸し みそ汁	米、さつまいも、三温 糖、油	牛乳、焼き豆腐、豚肉 (もも)、油揚げ、白み そ、かつお節	グレープフルーツ、かぼ ちゃ、こまつな、人参、しい たけ、ねぎ、しらたき、あさ つき、生姜	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、本みりん、 みりん	豆乳クッキー 大学芋 グレープフルーツ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 518 kcal たんばく質 19.1 g 脂 質 14.4 g
建国記念の日							
12 － 木 －	みそラーメン 中華サラダ いちご	生中華めん、小麦粉、 三温糖、油、ごま油	鶏がらスープ、牛乳、 豚ひき肉、豆乳、しら す（生）、無塩バ ター、白みそ	緑豆もやし、玉ねぎ、人参、 トマト、にら、キャベツ、い ちご、コーン缶、きゅうり、 カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢、 コンソメ	鉄塩せん ココアケーキ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 478 kcal たんばく質 19.6 g 脂 質 14.4 g
13 － 金 －	大豆ごはん さわらの照り焼き ふろふき大根 すまし汁	米、ビーフン、三温糖、 油	さわら、豚肉(もも)、 大豆（ゆで）、白みそ	りんご、大根、人参、ほうれ ん草、かぼちゃ、たけのこ （ゆで）、しめじ、ごぼう、 にら、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、 しいたけだし汁、しょ うゆ、本みりん、食塩	かぼちゃポーロ 五目ビーフン りんご ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 502 kcal たんばく質 22.7 g 脂 質 12.1 g
14 － 土 －	麻婆豆腐丼 中華和え ニラスープ	米、小麦粉、コーンバ ウダー、コーンスタ ーチ、三温糖、砂糖、 ショートニング、片栗 粉、油、ごま油	牛乳、鶏がらスープ、 絹ごし豆腐、豚ひき 肉、白みそ	グレープフルーツ、にら、も やし、玉ねぎ、ねぎ、こまつ な、人参、あさつき、生姜	鳥がらだし汁、しょう ゆ、酢、コンソメ、食塩	鉄塩せん コーンクッキー グレープフルーツ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 503 kcal たんばく質 16.7 g 脂 質 13.3 g
日曜日							

16	ハヤシライス ー ブロッコリーのサラダ 月 白菜スープ ー	米、小麦粉、片栗粉、 じゃがいも	豚肉(もも)、豚肉(ば ら)、ピザ用チーズ、マ ヨドレ	グレープフルーツ、たま ねぎ、ブロッコリー、白菜、人 参、ねぎ、キャベツ、にら、 コーン缶、マッシュルーム、 しいたけ、しめじ、グリーン ピース(冷凍)	鳥がらだし汁、コンソ メ、中華だしの素	むらさきいもせんべい チーズチヂミ グレープフルーツ ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 472 kcal たんばく質 18.4 g 脂 質 15.5 g
17	ごはん ー かじきの照り焼き 火 春菊とえのきの和え物 ー みそ汁	米、さつまいも、じゃ がいも	牛乳、まかじき、油揚 げ、白みそ	りんご、しゅんぎく、れんこ ん、人参、キャベツ、えのき だけ、さやえんどう	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、コンソメ、 本みりん、食塩	豆乳クッキー キャロットピラフ りんご 牛乳	エ ネ ル ギ ー 537 kcal たんばく質 23.0 g 脂 質 9.5 g
18	ごはん ー 信田煮 水 ほうれん草としらすのおかか和え ー みそ汁	米、じゃがいも、小麦 粉、三温糖	牛乳、鶏もも肉、油揚 げ、バター、白みそ、し らす干し、かつお節	ほうれんそう、バナナ、はく さい、人参、玉ねぎ、しめじ、 いんげん	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、コンソメ、 食塩	きなこフィンガービスケット かたつむりクッキー バナナ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 465 kcal たんばく質 21.7 g 脂 質 14.5 g
19	食パン ー カレー風味チキンかつ 木 グリル野菜(南瓜・スナップ・カリフラワー) ー ジュリアンスープ みかん	食パン、マカロニ、小 麦粉、パン粉、油	鶏がらスープ、牛乳、 鶏もも肉、乳・卵抜き ベーコン、バター	みかん、かぼちゃ、玉ね ぎ、人参、ピーマン、ス ナッフえんどう、カリフ ラワー、キャベツ、セロ リー	ケチャップ、カレー 粉、コンソメ、食塩、塩 (並塩)	鉄塩せん マカロニナポリタン 牛乳	エ ネ ル ギ ー 462 kcal たんばく質 20.6 g 脂 質 18.0 g
20	ごはん ー 豚肉の生姜焼き 金 かぼちゃサラダ ー みそ汁	米、三温糖、油	豚肉(ロース・脂身な し)、ヨーグルト(無 糖)、マヨドレ、白みそ	玉ねぎ、かぼちゃ、いちご、 バナナ、トマト、ブロッコ リー、なめこ、あさつき、 カットわかめ、レモン果汁、 生姜	かつお・昆布だし汁、 みりん、しょうゆ	かぼちゃボーロ いちごとバナナヨーグルト ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 399 kcal たんばく質 16.8 g 脂 質 13.1 g
21	チキンライス ー 温野菜(赤パプリカ・ブロッコリー) 土 キャベツスープ ー	米、小麦粉、砂糖、油、 じゃがいもでん粉、 ショートニング	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、絹ごし豆腐、き な粉、脱脂粉乳	ブロッコリー、玉ねぎ、キャ ベツ、オレンジ、赤ピーマ ン、グリーンピース(冷凍)、 コーン(冷凍)、人参	鳥がらだし汁、ケ チャップ、コンソメ、 食塩	鉄塩せん きなこフィンガービスケット オレンジ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 455 kcal たんばく質 18.7 g 脂 質 13.1 g
日曜日							
天皇誕生日							
24	ごはん ー 油淋鶏 火 わかめときゅうりの酢の物 ー 青梗菜スープ	米、小麦粉、三温糖、 油、片栗粉	鶏もも肉、牛乳、きな 粉	バナナ、きゅうり、トマト、 チンゲンサイ、ねぎ、大根、 人参、干しいたけ、カット わかめ、生姜	鳥がらだし汁、かつ お・昆布だし汁、しょ うゆ、酢、コンソメ	豆乳クッキー きなこ蒸しパン バナナ ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 538 kcal たんばく質 17.5 g 脂 質 18.0 g
25	ごはん ー 肉豆腐 水 小松菜と油揚げのお浸し ー みそ汁	米、さつまいも、三温 糖、油	牛乳、焼き豆腐、豚肉 (もも)、油揚げ、白み そ、かつお節	グレープフルーツ、かぼ ちゃ、ごまつな、人参、しい たけ、ねぎ、しらたき、あさ つき、生姜	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、本みりん、 みりん	きなこフィンガービスケット 大学芋 グレープフルーツ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 442 kcal たんばく質 18.2 g 脂 質 12.2 g
26	ほうれん草のクリームパスタ ー 温野菜(さつまいも・ブロッコリー・赤パプリカ) 木 コンソメスープ ー	食パン、さつまいも、 スパゲティ、小麦 粉、三温糖	牛乳、ベーコン、乳・ 卵抜きベーコン、ピザ 用チーズ	ほうれんそう、ブロッコ リー、玉ねぎ、赤ピーマン、 しめじ、いちご、コーン(冷 凍)、ピーマン、コーン缶、 パセリ	鳥がらだし汁、ケ チャップ、コンソメ、 食塩	鉄塩せん ピザトースト いちご 牛乳	エ ネ ル ギ ー 492 kcal たんばく質 20.0 g 脂 質 15.8 g
27	大豆ごはん ー さわらの照り焼き 金 ふろふき大根 ー すまし汁	米、ビーフン、三温糖、 油	さわら、豚肉(もも)、 大豆(ゆで)、白みそ	りんご、大根、人参、ほうれ んそう、かぼちゃ、だけのこ (ゆで)、しめじ、ごぼう、 にら、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、 しいたけだし汁、しょ うゆ、本みりん、食塩	かぼちゃボーロ 五目ビーフン りんご ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 502 kcal たんばく質 22.7 g 脂 質 12.1 g
28	麻婆豆腐丼 ー 中華和え 土 ニラスープ ー	米、小麦粉、コーンパ ウダー、コーンスター チ、三温糖、砂糖、 ショートニング、片栗 粉、油、ごま油	牛乳、鶏がらスープ、 絹ごし豆腐、豚ひき 肉、白みそ	グレープフルーツ、にら、も やし、玉ねぎ、ねぎ、ごま つな、人参、あさつき、生姜	鳥がらだし汁、しょう ゆ、酢、コンソメ、食塩	鉄塩せん コーンクッキー グレープフルーツ 牛乳	エ ネ ル ギ ー 503 kcal たんばく質 16.7 g 脂 質 13.3 g

オレンジ色のメニューはきりん組さんのリクエストメニューです