

2026年 02月  
こじか福祉会 幼児食

[illegible]

16	ハヤシライス － ブロッコリーのサラダ 月 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 664 kcal たんばく質 22.4 g 脂 質 19.5 g
17	ごはん － かじきの照り焼き 火 春菊とえのきの和え物 － 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、れんご 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 671 kcal たんばく質 28.8 g 脂 質 11.9 g
18	ごはん － 信田煮 水 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、 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 584 kcal たんばく質 27.2 g 脂 質 18.1 g
19	食パン － 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) － 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 ナップえんどう、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 585 kcal たんばく質 26.1 g 脂 質 23.0 g
20	ごはん － 豚肉の生姜焼き 金 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	かぼちゃボーロ いちごとバナナヨーグルト ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 504 kcal たんばく質 21.1 g 脂 質 16.4 g
21	チキンライス － 温野菜 (赤パプリカ・ブロッコリー) 土 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 572 kcal たんばく質 23.8 g 脂 質 16.8 g
日曜日							
天皇誕生日							
24	ごはん － 油淋鶏 火 わかめときゅうりの酢の物 － 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 658 kcal たんばく質 22.3 g 脂 質 22.9 g
25	ごはん － 肉豆腐 水 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	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 556 kcal たんばく質 22.8 g 脂 質 15.2 g
26	ほうれん草のクリームパスタ － 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 －	食パン、さつまいも、 スパゲティー、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 615 kcal たんばく質 25.1 g 脂 質 19.7 g
27	大豆ごはん － さわらの照り焼き 金 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 んそう、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	かぼちゃボーロ 五目ビーフン りんご ほうじ茶	エ ネ ル ギ ー 628 kcal たんばく質 28.0 g 脂 質 14.9 g
28	麻婆豆腐丼 － 中華和え 土 ニラスープ －	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、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 629 kcal たんばく質 20.9 g 脂 質 16.6 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