

🌸2月 給食献立表🌸

令和 4年

日曜	屋 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	3才以上児 エネルギー 量	3才未満児 エネルギー 量
1 火	チキンライス 小松菜のサラダ はるさめスープ りんご	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 蒸しパン	・若鶏もも肉・ベーコン ・普通牛乳	・精白米・有塩バター ・マヨネーズ・いりごま ・はるさめ ・ホットケーキミックス・砂糖	・たまねぎ・トマトケチャップ ・こまつな・りよくとうもろやし ・青ねぎ・りんご・かぼちゃ ・レーズン	569kcal 1.7g	500kcal 1.3g
2 水	ごはん 鮭の塩焼き がんもどきの煮物 じゃが芋と長ネギの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 コーンフレーククッキー	・ぎんざけ・がんもどき ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・砂糖・じゃがいも ・薄力粉・調合油 ・コーンフレーク	・はくさい・にんじん・長ねぎ ・りんご	700kcal 1.2g	561kcal 0.9g
3 木	恵方巻 皇形ハンバーグ 麩とわかめのすまし汁	牛乳 マリービスケット 牛乳 鬼まんじゅう	・蒸しかまぼこ・凍り豆腐 ・きゅうり ・てんぷ ・皇形ハンバーグ	・精白米・砂糖・ビスケット ・さつまいも・薄力粉・三温糖	・にんじん・乾しいたけ・きゅうり ・カットわかめ・のり	564kcal 2.1g	533kcal 1.7g
4 金	ごはん 厚揚げの中華風煮 ほうれん草のナムル 大根とあげの味噌汁	牛乳 パナナ 牛乳 ハニーパン	・生揚げ・ふたひき肉 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・調合油・砂糖 ・片栗粉・ごま油・いりごま ・食パン・有塩バター ・はちみつ	・たまねぎ・にんじん ・たけのこ水煮・生しいたけ ・青ねぎ・しょうが・ほうれんそう ・りよくとうもろやし・コーン ・だいごん・バナナ	583kcal 2.0g	498kcal 1.5g
7 月	ごはん 鯖の塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 麩とわかめの味噌汁	牛乳 マンナウエファー 牛乳 ラスク	・さば・鶏ひき肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・砂糖 ・マンナウエファー ・フランスパン・有塩バター ・グラニュー糖	・かぼちゃ・しょうが ・カットわかめ・青ねぎ	583kcal 1.7g	484kcal 1.3g
8 火	卵とじうどん きゅうりとツナの酢の物 オレンジ	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 チーズおにぎり	・鶏卵・油揚げ ・若鶏もも肉 ・蒸しかまぼこ ・まぐろ油漬 ・普通牛乳	・ゆでうどん・砂糖・精白米	・えのきだけ・糸みつば・しょうが ・きゅうり・コーン ・カットわかめ・オレンジ ・かぼちゃ	496kcal 2.3g	424kcal 1.7g
9 水	ごはん アジのムニエル 鶏肉と里芋の煮物 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 ココア蒸しパン	・あじ・若鶏もも肉 ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・薄力粉・有塩バター ・さといも・砂糖 ・ホットケーキミックス ・三温糖・調合油	・にんじん・さやいんげん ・ゆでなめこ・青ねぎ・りんご	550kcal 1.8g	525kcal 1.3g
10 木	ごはん おでん風煮物 もやしとにらの和え物 みかん缶	牛乳 パナナ 牛乳 ソフト元気ヨーグルト ビスコ	・ほんべん・さつま揚げ ・うずら卵水煮 ・ローズハム・普通牛乳 ・ソフト	・精白米・砂糖・いりごま ・ごま油・ビスコ	・だいごん・にんじん ・りよくとうもろやし・にら ・みかん缶・バナナ	475kcal 1.8g	431kcal 1.3g
12 土	お弁当	牛乳 ビスコ 牛乳 源氏パイ	・普通牛乳	・ビスコ・げんじパイ			
14 月	ごはん 鮭の香り味噌焼き いんげんのごまネーズ和え えのきとわかめのすまし汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 チーズトースト	・ぎんざけ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・プロセスチーズ	・精白米・砂糖・いりごま ・ごま油・マヨネーズ・食パン	・さやいんげん・にんじん ・えのきだけ・カットわかめ ・かぼちゃ	538kcal 1.8g	458kcal 1.4g
15 火	ごはん 肉じゃが キャベツの甘酢和え 麩とわかめの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 人参の蒸しパン	・ふたもも肉・クリンピース ・うずら卵水煮 ・ローズハム・普通牛乳 ・ソフト	・精白米・じゃがいも ・しらたき・調合油・砂糖 ・いりごま ・ホットケーキミックス	・たまねぎ・にんじん・キャベツ ・カットわかめ・青ねぎ・りんご	559kcal 2.1g	465kcal 1.5g
16 水	ご飯 豆腐の肉みそグラタン 青菜とさつま揚げの煮物 りんご	牛乳 パナナ 牛乳 和風ツナおにぎり	・木綿豆腐・ふたひき肉 ・淡色辛みそ・さつま揚げ ・普通牛乳 ・まぐろ水煮	・精白米・砂糖・マヨネーズ	・しその葉・こまつな・りんご ・バナナ	584kcal 1.6g	505kcal 1.2g
17 木	ゆかりごはん かわいいの煮付け 白和え 麩としめじのすまし汁	牛乳 ふかし芋 牛乳 だいやき	・絹ごし豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・砂糖・むぎごま ・さつまいも	・ゆかり(ふりかけ)・ほうれんそう ・にんじん・乾ひじき・ふなしめじ ・青ねぎ	537kcal 2.3g	472kcal 1.7g
18 金	ポークカレー 大根とツナの和え物 チーズ ルト	牛乳 パナナ 牛乳 毎日ドリブシヨーグルト ビスコ	・ふたもも肉 ・まぐろ油漬 ・プロセスチーズ ・普通牛乳 ・毎日ドリブシヨーグルト	・精白米・じゃがいも ・カレールウ・マヨネーズ ・ビスコ	・たまねぎ・にんじん ・トマトケチャップ・だいごんの葉 ・きゅうり・コーン・バナナ	630kcal 2.5g	560kcal 2.0g
21 月	ひじきごはん あじの塩焼き 春雨のさつと煮 チンゲン菜のスープ	牛乳 ふかし芋 牛乳 パナナスコーン	・あじ・ふたひき肉 ・ローズハム・普通牛乳	・精白米・砂糖・調合油 ・はるさめ・ごま油・いりごま ・さつまいも ・ホットケーキミックス ・マーガリン	・にんじん・乾しいたけ・乾ひじき ・長ねぎ・しょうが・チンゲンサイ ・バナナ	571kcal 1.8g	515kcal 1.2g
22 火	ソース焼きそば 小松菜の卵とじ ジョア	牛乳 マリービスケット 牛乳 おはぎ	・ふたもも肉 ・蒸しかまぼこ・鶏卵 ・ジョア・普通牛乳 ・きな粉	・中華めん・調合油 ・ビスケット・精白米・もち米 ・砂糖	・キャベツ・たまねぎ ・りよくとうもろやし・にんじん ・青ピーマン・こまつな	653kcal 2.3g	606kcal 1.8g
24 木	ご飯 赤魚の煮つけ パンパンジーサラダ みかん缶	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ジャムサンド	・あかうお・若鶏ささ身肉 ・普通牛乳	・精白米・砂糖・はるさめ ・お子様せんべい・食パン	・しょうが・にんじん・きゅうり ・レタス・みかん缶詰・いちごジャム	530kcal 1.6g	465kcal 1.4g
25 金	赤飯 鶏肉の竜田揚げ いんげんとツナのサラダ もやしのスープ	牛乳 ふかし芋 牛乳 プチケーキ	・あすき・若鶏もも肉 ・まぐろ油漬 ・普通牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・もち米・ごま塩 ・片栗粉・調合油・マヨネーズ ・さつまいも・カステラ	・しょうが・さやいんげん・にんじん ・コーン・りよくとうもろやし ・みかん缶詰	566kcal 0.9g	564kcal 0.7g
26 土	お弁当	牛乳 マンナウエファー 牛乳 ぱりんこ	・普通牛乳	・マンナウエファー			
28 月	豚丼 ブロッコリーの白和え パイ缶	牛乳 ビスコ 牛乳 マカロニきな粉	・ふたもも肉・ローズハム ・木綿豆腐・普通牛乳 ・きな粉	・精白米・砂糖・むぎごま ・マヨネーズ・ビスコ ・マカロニ	・たまねぎ・にんじん・青ねぎ ・しょうが・ブロッコリー ・パイナップル缶詰	611kcal 1.1g	520kcal 0.9g

※おやつの上段が午前のおやつ・下段は午後のおやつです。(午前のおやつは3歳未満児のみ)
 ※園で使用しているかまぼこ・ちくわ・ハム・ベーコンには卵を含まないものを使用しています。
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。