

2月 給食献立表

令和 5年

博愛保育園

日 曜	屋 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱ゆ力となる	緑：調子をととのえる	三歳以上児 エネルギー 1歳分	三歳未満児 エネルギー 1歳分
1 水	ソース焼きそば ブロッコリーのじゃこ和え わかめスープ バナナ	牛乳 りんご 牛乳 チーズおにぎり	・ぶたもも肉・しらす干し ・普通牛乳 ・プロセスチーズ ・かつお節	・中華めん・調合油・ごま油 ・精白米	・キャベツ・たまねぎ ・りょくとうもやし・にんじん ・青ピーマン・ブロッコリー ・カットわかめ・バナナ・りんご	497kcal 1.5g	415kcal 1.2g
2 木	ごはん 赤魚の煮つけ キャベツと人参サラダ 厚揚げと小松菜の味噌汁	牛乳 心かし芋 牛乳 鬼まんじゅう	・あかうお・生揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・三温糖・なたね油 ・さつまいも・薄力粉	・しょうが・キャベツ・にんじん ・冷凍コーン・カットわかめ ・こまつな・えのきだけ	518kcal 1.4g	470kcal 1.1g
3 金	キーマカレー 国産真いわしフライ みかん缶	牛乳 バナナ 牛乳 たまごボーロ	・ぶたひき肉 ・国産真いわしフライ ・普通牛乳	・精白米・カレールウ・調合油 ・ポーロ	・にんじん・たまねぎ・青ピーマン ・トマト・みかん缶詰・バナナ	591kcal 1.5g	537kcal 1.2g
6 月	ご飯 豚だごこん いんげんとツナのサラダ 豆腐とあげの味噌汁	牛乳 ハードビスケット 牛乳 ハニーパン	・ぶたもも肉・淡色辛みそ ・まぐろ油漬缶詰 ・木綿豆腐・油揚げ ・普通牛乳	・精白米・生いも板こんにゃく ・三温糖・マヨネーズ ・ハードビスケット・食パン ・有塩バター・はちみつ	・だいごん・にんじん・しょうが ・さやいんげん・冷凍コーン・青ねぎ	522kcal 1.7g	465kcal 1.4g
7 火	ごはん 鮭の香り味噌焼き 大根サラダ 小松菜のすまし汁	牛乳 バナナ 毎日ドリブシヨーグルト カルシウムせん	・ぎんざげ・淡色辛みそ ・蒸しかまぼこ・普通牛乳 ・毎日ドリブシヨーグルト	・精白米・三温糖・いりごま ・ごま油・調合油 ・カルシウムせんべい	・だいごん・にんじん・きゅうり ・冷凍コーン・こまつな・えのきだけ ・バナナ	462kcal 1.0g	438kcal 0.8g
8 水	ごはん 豆腐とひじきのハンバーグ さつまいもとツナの煮物 麩とわかめの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 人参フレンドトースト	・ぶたひき肉・木綿豆腐 ・鶏卵・淡色辛みそ ・まぐろ油漬缶詰 ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・パン粉・さつまいも ・食パン・三温糖・有塩バター	・乾ひじき・たまねぎ・にんじん ・生しいだけ・ほうれんそう ・カットわかめ・青ねぎ・りんご	595kcal 2.0g	482kcal 1.4g
9 木	じゃこ入りわかめごはん 鯖の塩焼き ほうれん草のお浸し 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 たい焼き	・しらす干し ・わかめご飯の素・さば ・かつお節・絹ごし豆腐 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・たい焼き	・ほうれんそう・りょくとうもやし ・カットわかめ・青ねぎ ・冷凍くりかぼちゃ	557kcal 1.6g	489kcal 1.2g
10 金	けんちんうどん いんげんとささみのごま和え チーズ	牛乳 りんご 牛乳 おはぎ	・ぶたもも肉・木綿豆腐 ・若鶏ささ身 ・プロセスチーズ ・普通牛乳・きな粉	・ゆでうどん・調合油・ごま ・三温糖・精白米・もち米	・ごぼう・だいごん・こまつな ・長ねぎ・さやいんげん・にんじん ・りんご	486kcal 1.8g	412kcal 1.4g
13 月	ごはん かわいいの煮付け 大豆サラダ 白菜とあげの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ジャムサンド	・大豆水煮缶詰・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・お子様せんべい・食パン	・キャベツ・にんじん・きゅうり ・レーズン・はくさい・青ねぎ ・いちごジャム	511kcal 1.9g	451kcal 1.6g
14 火	チキンライス ブロッコリーときのこのサラダ 千切りスープ ソファール元気ヨーグルト	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 フライドポテト	・若鶏もも肉・ソファール ・普通牛乳	・精白米・有塩バター・ごま油 ・三温糖・じゃがいも・調合油	・たまねぎ・トマトケチャップ ・ブロッコリー・ぶなしめじ ・えのきだけ・にんじん・セロリー ・長ねぎ・冷凍くりかぼちゃ	515kcal 1.2g	441kcal 0.9g
15 水	ご飯 鮭のムニエル じゃが芋と鶏肉の煮物 大根とあげの味噌汁	牛乳 バナナ 牛乳 チーズトースト	・ぎんざげ・若鶏もも肉 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・プロセスチーズ	・精白米・薄力粉・有塩バター ・じゃがいも・三温糖・食パン	・にんじん・さやいんげん・だいごん ・青ねぎ・バナナ	601kcal 2.4g	521kcal 1.7g
16 木	ホットドック 豆乳スープ ハイン缶	牛乳 りんご 牛乳 和風ツナおにぎり	・ウインナーソーセージ ・調整豆乳・普通牛乳 ・まぐろ油漬缶詰	・コッペパン・精白米	・キャベツ・トマトケチャップ ・たまねぎ・こまつな・くりかぼちゃ ・ハインアップル缶詰・りんご	568kcal 2.4g	422kcal 14.4g
17 金	ご飯 豆腐の肉みそグラタン 青梗菜の和え物 白菜スープ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ラスク(フランスパン)	・木綿豆腐・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ・しらす干し ・ベーコン・普通牛乳	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・はるさめ・お子様せんべい ・フランスパン・有塩バター ・グラニュー糖	・しその葉・チンゲンサイ・にんじん ・はくさい・たまねぎ	516kcal 1.7g	456kcal 1.5g
20 月	かやくごはん 鯖の塩焼き かぼちゃのいとこ煮 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 ハードビスケット 牛乳 チーズじゃが	・若鶏もも肉・油揚げ・さば ・ゆで小豆缶詰 ・絹ごし豆腐・普通牛乳 ・プロセスチーズ	・精白米・しらす干し ・ハードビスケット ・じゃがいも・片栗粉・調合油 ・プロセスチーズ	・にんじん・ぶなしめじ・ごぼう ・冷凍くりかぼちゃ・カットわかめ ・青ねぎ	540kcal 1.4g	514kcal 1.2g
21 火	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ひじきの豆煮 じゃが芋とわかめの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 しそじゃこおにぎり	・若鶏もも肉・大豆水煮缶詰 ・油揚げ・焼き竹輪 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・しらす干し	・精白米・片栗粉・調合油 ・三温糖・じゃがいも ・いりごま・ごま油	・しょうが・乾ひじき・にんじん ・たまねぎ・カットわかめ・りんご ・しその葉	634kcal 2.1g	511kcal 1.6g
22 水	木の葉丼 キャベツのごま酢和え りんご	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 バナナスコーン	・鶏卵・油揚げ ・蒸しかまぼこ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・三温糖・いりごま ・ホットケーキミックス ・調合油	・たまねぎ・生しいだけ・青ねぎ ・キャベツ・にんじん・りんご ・冷凍くりかぼちゃ・バナナ	550kcal 1.7g	486kcal 1.3g
24 金	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き 青菜とさつま揚げの煮物 玉ねぎとあげの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 豆腐ドーナツ	・たら・さつま揚げ ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳・木綿豆腐	・精白米・マヨネーズ・三温糖 ・薄力粉・調合油	・冷凍コーン・マッシュルーム水煮缶 ・こまつな・にんじん・たまねぎ ・青ねぎ・カットわかめ・りんご	543kcal 1.7g	458kcal 1.3g
25 土	お弁当	牛乳 せんべい 牛乳 ビスケット	・普通牛乳	・お子様せんべい・星たべよ			
27 月	ごはん ミートボール 切干大根とひじきの炒め煮 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 小倉ホットケーキ	・ミートボール・生揚げ ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳・ゆで小豆缶詰	・精白米・三温糖 ・お子様せんべい ・ホットケーキミックス ・調合油	・切干しだいごん・乾ひじき ・にんじん・さやいんげん ・ゆでなめこ・青ねぎ	572kcal 1.7g	501kcal 1.5g
28 火	赤飯 エビフライ パンパンジーサラダ キャベツと人参のスープ	牛乳 バナナ 牛乳 ブチケーキ	・あずき ・バナナエビフライ ・若鶏ささ身・普通牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・もち米・ごま ・調合油・はるさめ ・和風醤油ごまドレッシング ・カステラ	・にんじん・きゅうり・レタス ・キャベツ・たまねぎ・バナナ ・みかん缶詰	552kcal 1.2g	477kcal 1.0g

※おやつは上段が午前のおやつです。下段が午後のおやつになります。午前のおやつは3歳未満児までになります。
 ※園で使用しているハム・ベーコン・ちくわ・かまぼこ・さつま揚げ・かにかまぼこ・コッペパン・ビスケットには、卵・乳・乳製品が含まれない食品を使用しています。
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。
 ※毎週火曜日はかみかみデーです。(2歳以上児にはおやつに煮干し又は昆布がつきます・第2博愛保育園のみ)
 ※ご質問等がありましたらお気軽にお問い合わせください。