

# 2月 給食献立表

令和6年

後・完了期

日	曜	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	
1	木	ごはん たらの照り焼き ひじき煮 ☆みそ汁	☆みたらし団子 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・乾燥ひじき さつまいも・白玉粉・上新粉 かたくり粉	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ グリーンピース・カットわかめ	こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし 清酒	
2	金	ハニーロール(完了) ごはん(後期) 鶏肉のオープン焼き(完了) 鶏ミンチのオープン焼き(後期) スープ 牛乳(完了) ミルク(後期)	わかめおにぎり お茶	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	ハニーロール(完了) 顆粒コンソメ わかめふりかけ 米(後期・完了)	たまねぎ・ぶなしめじ・にんじん 西洋かぼちゃ・フロッコリー キャベツ	ケチャップ・食塩 番茶	
3	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖 自然素材のお菓子	にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・食塩 清酒・煮干しだし・番茶 かつお・昆布だし	
5	月	ごはん たらの味噌煮 きざみのり和え すまし汁	蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期)	米・たけや味噌・車糖・麩 薄力粉・調合油	しょうが・はくさい・きゅうり にんじん・キザミノリ えのきたけ	清酒 ベーキングパウダー かつお・昆布だし 食塩 こいくちしょうゆ	
6	火	ごはん 豚肉の生姜焼き(完了) 鶏ミンチの生姜焼き(後期) ゆかり和え みそ汁	パンケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期) 普通牛乳(完了)	米・冷凍いんげん・いりごま 車糖・さつまいも ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・まいだけ りんご・しょうが・はくさい・きゅうり ゆかりふりかけ・カットわかめ パン缶	こいくちしょうゆ 煮干しだし	
7	水	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き(完了) 鶏ミンチのごま味噌焼き(後期) ナムル スープ	☆ロードーナツ 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏もも(完了)・ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・白味噌・車糖・すりごま いりごま・ごま油・じゃがいも 顆粒コンソメ ホットケーキミックス 調合油	ほうれんそう・りょくとうもやし にんじん・カットわかめ・たまねぎ	こいくちしょうゆ 食塩 清酒	
8	木	ごはん たらの西京焼き 大豆サラダ みそ汁	小豆寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・こしあん 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・白味噌 大豆水煮・マヨドレ	キャベツ・きゅうり・にんじん りょくとうもやし・寒天	清酒・穀物酢 煮干しだし	
9	金	食パン(完了) ごはん(後期) ☆豆乳シチュー ツナサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期)	夕焼けおにぎり お茶	鶏もも(完了) 淡色辛みそ ノンオイルツナ缶 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	無調整豆乳 顆粒コンソメ・マヨドレ 食パン(完了) 米(後期・完了)	西洋かぼちゃ・にんじん たまねぎ・ぶなしめじ グリーンピース・スイートコーン缶詰 きゅうり・キャベツ	清酒・食塩・穀物酢 番茶 かつお・昆布だし	
10	土	中華おこわ みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・顆粒コンソメ・ごま油 自然素材のお菓子 もち米・車糖	にんじん・乾しいたけ しょうが・カットわかめ・大根	こいくちしょうゆ 番茶 煮干しだし	
12	月	振替休日						
13	火	ごはん たらの磯焼き 切干大根の煮物 みそ汁	レーズン蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米 冷凍グリーンピース・車糖・麩 薄力粉・調合油	あおのり・切干しだいこん にんじん・乾しいたけ 西洋かぼちゃ・カットわかめ 干しぶどう	清酒・食塩 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー かつお・昆布だし 煮干しだし	
14	水	☆カレーライス さわやかサラダ 煮りんご	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・じゃがいも 顆粒コンソメ・調合油 ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ キャベツ・きゅうり・りんご	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢	
15	木	ごはん たらのコーンマヨ焼き 春雨サラダ みそ汁	蒸しポテト 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・冷凍コーン・マヨドレ 普通はるさめ・車糖・ごま油 じゃがいも	きゅうり・にんじん・大根	清酒・食塩 穀物酢・煮干しだし こいくちしょうゆ	
16	金	丸パン(完了) ごはん(後期) ミートローフ サラダ スープ 牛乳(完了) ミルク(後期)	フルーツミックス お茶	鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	丸パン(完了) 無調整豆乳・乾燥ひじき 絞豆腐・顆粒コンソメ 冷凍コーン・マヨドレ 米(後期) 合挽ミンチ(完了)	たまねぎ・ミックスベジタブル きゅうり・にんじん・カットわかめ えのきたけ・みかん缶 パン缶・もも缶	食塩・ケチャップ 中濃ソース・穀物酢・番茶	
17	土	豆腐丼 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	ソフト豆腐・淡色辛みそ	米・車糖・かたくり粉 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・カットわかめ	こいくちしょうゆ 番茶・煮干しだし かつお・昆布だし	
19	月	ごはん たらのカレー風味焼き ごま和え みそ汁	きなこ団子 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) きな粉	米・車糖・白味噌・いりごま 白玉粉・上新粉	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん・カットわかめ・たまねぎ ぶなしめじ	清酒・カレー粉 こいくちしょうゆ 煮干しだし	
20	火	ごはん 豚大根の煮物(完了) 鶏ミンチと大根の煮物(後期) 和え物 みそ汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・冷凍いんげん・車糖 ホットケーキミックス	大根・にんじん・はくさい・きゅうり カットわかめ	清酒・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし	
21	水	ごはん すき焼き風煮 きゅうりの浅漬け すまし汁	小豆ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	焼き豆腐 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・牛肉(完了)・車糖・麩 ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ	はくさい・にんじん・たまねぎ きゅうり・ほうれんそう	こいくちしょうゆ・清酒 昆布茶・食塩 かつお・昆布だし	
22	木	ごはん 魚の磯辺揚げ おかか和え みそ汁	☆みかんゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・かつお節 ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・かたくり粉・調合油 車糖	あおのり・キャベツ・大根・きゅうり にんじん・カットわかめ・寒天	清酒・食塩 みかん缶 煮干しだし こいくちしょうゆ	
23	金	天皇誕生日(休園日)						
24	土	ピラフ スープ	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・顆粒コンソメ 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・青ピーマン エリンギ・カットわかめ	食塩・番茶	
26	月	ごはん たらのマヨドレ焼き 酢の物 すまし汁	小豆団子 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・マヨドレ・車糖・白玉粉 上新粉・ゆで小豆パウチ	きゅうり・にんじん・カットわかめ たまねぎ	清酒・食塩・穀物酢 こいくちしょうゆ かつお・昆布だし	
27	火	ごはん 八宝菜 きゅうりのおかか和え スープ	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) かつお節 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期)	米 冷凍いんげん 顆粒コンソメ・かたくり粉 ごま油・車糖 ホットケーキミックス	はくさい・たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・きゅうり カットわかめ・大根	こいくちしょうゆ 清酒 食塩	
28	水	☆牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁	☆フルーツ寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・車糖・さつまいも 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ ぶなしめじ・パン缶・もも缶 みかん缶・寒天	清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし こいくちしょうゆ	
29	木	ごはん たらの塩焼き ひじきサラダ みそ汁	りんごケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・油揚げ 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・乾燥ひじき・冷凍コーン 車糖・ごま油 ホットケーキミックス	きゅうり・キャベツ・にんじん カットわかめ・たまねぎ・りんご	清酒・食塩 穀物酢・煮干しだし こいくちしょうゆ	

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
419 kcal	18.3 g	11.9 g	62.8 g	191 mg	1.8 mg	166 µg	0.36 mg	0.29 mg	19 mg	1.5 g

- ・材料入荷の都合により変更する場合があります。
- ・牛乳は100～150ccを飲んでます。
- ・ホットケーキミックスは卵・乳製品不使用のものを使用しています。
- ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。
- ・☆マークはゆり組さんのリクエストメニューです。