

2月 給食献立表

令和6年

幼児

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 赤魚の照り焼き ひじき煮 ☆みそ汁	☆みたらし団子 牛乳	あかうお・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	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・本みりん 清酒・うすくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
2	金	ハニーロール 鶏肉のオープン焼き スープ 牛乳	わかめおにぎり お茶	鶏もも・プロセスチーズ 普通牛乳	ハニーロール・顆粒コンソメ 米・わかめふりかけ	たまねぎ・がなしめじ・にんじん 西洋かぼちゃ・ブロッコリー 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	鶏もも・油揚げ 淡色辛みそ	米・板こんにやく 自然素材のお菓子	れんこん・にんじん・がなしめじ たまねぎ	本みりん・こいくちしょうゆ 煮干しだし・うすくちしょうゆ・食塩 清酒・かつお・昆布だし・番茶
5	月	ごはん ☆さばの味噌煮 きざみのり和え すまし汁	ココア蒸しパン 牛乳	さば・ソフト豆腐・普通牛乳	米・たけや味噌・こうじ味噌 車糖・麩・薄力粉・調合油	しょうが・ほくさい・きゅうり にんじん・キザミノリ えのきたけ	清酒・本みりん・かつお・昆布だし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・食塩 ベーキングパウダー ビュアココア
6	火	ごはん 豚肉の生姜焼き ゆかり和え みそ汁	パインケーキ 牛乳	豚もも・淡色辛みそ 普通牛乳	米・冷凍いんげん・いりごま さつまいも ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・まいたけ りんご・しょうが・ほくさい りよくとうもろやし・ゆかりふりかけ カットわかめ・葉ねぎ・パイン缶	本みりん・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 ナムル スープ	☆一口ドーナツ 牛乳	鶏もも・ソフト豆腐 普通牛乳	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・りよくとうもろやし にんじん・カットわかめ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒 食塩
8	木	ごはん さわらの西京焼き 大豆サラダ みそ汁	小豆寒天 牛乳	さわら・絹揚げ 淡色辛みそ・こしあん 普通牛乳	米・白味噌・大豆水煮 マヨドレ	キャベツ・きゅうり・にんじん りよくとうもろやし・寒天	清酒・本みりん・穀物酢 煮干しだし
9	金	食パン ☆豆乳シチュー ツナサラダ 牛乳	夕焼けおにぎり お茶	鶏もも・淡色辛みそ ノンオイルツナ缶 普通牛乳	食パン・無調整豆乳 薄力粉・顆粒コンソメ マヨドレ・米	西洋かぼちゃ・にんじん たまねぎ・がなしめじ グリーンピース・スイートコーン缶 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	鶏もも・淡色辛みそ	米・顆粒鶏ガラ・ごま油 自然素材のお菓子 もち米	にんじん・たけのこ水煮 根深ねぎ・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・本みりん 煮干しだし・番茶
12	月	振替休日					
13	火	ごはん 鮭の磯焼き 切干大根の煮物 みそ汁	レーズン蒸しパン 牛乳	鮭・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳	米 冷凍グリーンピース・車糖・麩 薄力粉・調合油	あおのり・切干しいたけ 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・煮干しだし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・本みりん ベーキングパウダー かつお・昆布だし
14	水	☆カレーライス さわやかサラダ 果物	☆ココアクッキー 牛乳	卵・普通牛乳	米・牛肉・じゃがいも 薄力粉・ブイヨン・調合油 上新粉・車糖・無塩バター	たまねぎ・にんじん・がなしめじ 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 ベーキングパウダー ビュアココア
15	木	ごはん たらのコーンマヨ焼き 春雨サラダ みそ汁	☆フライドポテト 牛乳	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳	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・調合油	きゅうり・にんじん・大根	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 穀物酢・煮干しだし
16	金	丸パン ミートローフ サラダ スープ 牛乳	フルーツミックス お茶	卵・普通牛乳	丸パン・合挽ミンチ・パン粉 乾燥ひじき・絞豆腐 顆粒コンソメ・冷凍コーン マヨドレ	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 パイン缶・もも缶	食塩・ケチャップ 中濃ソース・穀物酢・番茶
17	土	きつね丼 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	油揚げ・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・葉ねぎ カットわかめ	こいくちしょうゆ・煮干しだし うすくちしょうゆ・番茶 かつお・昆布だし
19	月	ごはん さわらのカレー風味焼き ごま和え みそ汁	きなこ団子 牛乳	さわら・淡色辛みそ・きな粉 普通牛乳	米・白味噌・いりごま 白玉粉・上新粉・車糖	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 がなしめじ	清酒・本みりん・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 和え物 みそ汁	マドレーヌ 牛乳	豚もも・ソフト豆腐 淡色辛みそ・卵 普通牛乳	米・板こんにやく 冷凍いんげん・車糖 ホットケーキミックス 無塩バター	大根・にんじん・ほくさい カットわかめ・葉ねぎ きゅうり	清酒・本みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 煮干しだし かつお・昆布だし
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	焼き豆腐・普通牛乳	米・牛肉・しらたき・車糖・麩 ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ	ほくさい・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 本みりん・清酒・昆布茶 食塩・うすくちしょうゆ 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	あかうお・かつお節 ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・かたくり粉・調合油	あおのり・キャベツ・大根 にんじん・カットわかめ・寒天 きゅうり	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん・みかん缶 煮干しだし
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	鶏もも	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	まだら・ソフト豆腐 普通牛乳	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・根みつば	清酒・食塩・穀物酢 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 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	☆クッキー 牛乳	豚もも・かつお節・卵 普通牛乳	米 冷凍いんげん・顆粒鶏ガラ かたくり粉・ごま油 顆粒コンソメ・薄力粉 上新粉・車糖・無塩バター	ほくさい・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	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん ベーキングパウダー 食塩
28	水	☆牛丼 みそ汁	☆フルーツ寒天 牛乳	淡色辛みそ・普通牛乳	米・牛肉・しらたき・車糖 さつまいも	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ がなしめじ・パイン缶・もも缶 みかん缶・寒天	かつお・昆布だし・本みりん こいくちしょうゆ・煮干しだし うすくちしょうゆ・清酒
29	木	ごはん ☆鮭の塩焼き ひじきサラダ みそ汁	りんごケーキ 牛乳	鮭・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳	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
565 kcal	23.4 g	19.7 g	78.1 g	273 mg	2.4 mg	236 μg	0.45 mg	0.45 mg	26 mg	1.9 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150cc～200ccを飲んでいただきます。
- ・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ンクメニューです。