

R6年 2月 給食献立表

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1木	のむヨーグルト	おいなりさん、すいとん汁、精進茶碗蒸し、みかん	米、○フライドポテト、ながいも、小麦粉、○油、片栗粉、砂糖	◎調製豆乳、◎ヨーグルト(ドリンク)、絹ごし豆腐、油揚げ(甘煮)	みかん、はくさい、しめじ、だいこん、にんじん、しいたけ、みつば、だいこん(たくあん)、干しいたけ	豆乳、フライドポテト
2金	まめびよバナナスティックきゅうり	おにぎり、雷汁、鶏の味噌焼き、蓮根と胡瓜のたらこ和え、いちご	米、さといも、○さつまいも、ノンマヨ、油、板こんにゃく	◎牛乳、鶏もも肉(皮付き)、豚肉(ばら)、たらこ、白みそ、スライスチーズ、かにかまぼこ、かつお節	いちご、れんこん、だいこん、きゅうり、にんじん、ねぎ、ごぼう、グリーンピース(冷凍)、焼きのり、◎きゅうり	牛乳、鬼まんじゅう
3土	野菜&フルーツ	和風スパゲティ、牛乳、ワカメとツナのサラダ、いよかん	スパゲティ、油	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶	◎野菜&フルーツ、いよかん、キャベツ、グリーンアスパラガス、ちぢみゆきな、たまねぎ、しめじ、まいたけ、焼きのり、乾燥わかめ(素干し水戻し)	ほうじ茶、今川焼き
5月	牛乳、スティックにんじん	チャーハン、中華風コーンスープ、焼き餃子、バンバンジーサラダ、パイナップル	米、○ペンネ、油、片栗粉、ごま油	◎牛乳、○豚ひき肉、卵、焼き豚、鶏ささ身、○粉チーズ	パイナップル、もやし、クリームコーン缶、きゅうり、にんじん、ねぎ、コーン缶、万能ねぎ、干しいたけ、◎にんじん	麦茶、ミートパンネ
6火	まめびよいちご	ロールパン、ミネストローネ、ヒレカツ、ピーマンのツナ和え、みかん	ロールパン、じゃがいも、油、○ノンマヨ、ごま油	◎牛乳、ベーコン、ツナ油漬缶、○かつお節	みかん、トマトジュース缶、ピーマン、たまねぎ、もやし、キャベツ、にんじん、コーン缶、◎あおのり	牛乳、たこやき
7水	のむヨーグルト、こんぶ	ご飯、あおさのみそ汁、春雨とひき肉の炒め物、きゅうりのゆかり和え、りんご	米、○クレープシート、はるさめ、砂糖、油、ごま油	◎牛乳、◎ヨーグルト(ドリンク)、◎ホイップクリーム(植物性脂肪)、豚ひき肉、米みそ(甘みそ)、油揚げ	きゅうり、りんご、◎いちご、もやし、ねぎ、ピーマン、にんじん、干しいたけ、あおさ、◎刻みこんぶ	牛乳、いちごクレープ
8木	豆乳	ためきうどん、牛乳、シュウマイ、いんげんのごまマヨネーズあえ、オレンジ	ゆでうどん、○米、ノンマヨ、天かす、○砂糖	牛乳、◎調製豆乳、豚肉(もも)、かまぼこ、◎鶏もも肉、すりごま	オレンジ、いんげん、たまねぎ、にんじん、◎にんじん、◎いんげん(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、○ひじき	ほうじ茶、ひじき御飯
9金	牛乳、スティックきゅうり	ごきつねごはん、みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)、たららの甘辛揚げ、カニかまサラダ、いちご	米、油、片栗粉、砂糖	◎牛乳、たら、絹ごし豆腐、米みそ(甘みそ)、かにかまぼこ、油揚げ(甘煮)、◎牛乳	いちご、グリーンアスパラガス、ブロッコリー、ねぎ、こまつな、にんじん、乾燥わかめ(素干し水戻し)、◎きゅうり	幼児牛乳、ベルギーワッフル
10土	野菜&フルーツ	コーンみそラーメン、牛乳、さつまいもサラダ、バナナ	ゆで中華めん、さつまいも、○米、ノンマヨ、○ごま油、油	牛乳、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、かぼちゃ、ねぎ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、ピーマン、◎野菜&フルーツ	ほうじ茶、焼きおにぎり
12月	 振替休日 					
13火	まめびよバナナ	ご飯、みそ汁(麩・わかめ)、タンダーカジキ、白菜ツナポン和え、りんご	米、○食パン、焼ふ、三温糖、ごま油	◎牛乳、かじき、ヨーグルト(無糖)、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	りんご、はくさい、にんじん、◎いちごジャム、カットわかめ	牛乳、いちごジャムサンド
14水	のむヨーグルト、こんぶ	ご飯、かぶのスープ、ハートの煮込みハンバーグ、マカロニサラダ、みかん	米、マカロニ、ノンマヨ、油、砂糖	◎牛乳、◎ホイップクリーム、ベーコン、ハム、チーズ、◎ヨーグルト(ドリンク)	みかん、かぶ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、しめじ、キャベツ、◎刻みこんぶ	牛乳、ハートゼリー
15木	牛乳	クロワッサン、クリームシチュー、チキンナゲット、カリカリベーコンサラダ、いちご	○米、クロワッサン、じゃがいも、三温糖、油	牛乳、チキンナゲット、鶏ひき肉、ベーコン、◎ツナ味付缶、バター、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、いちご、グリーンアスパラガス、コーン缶、◎えのきたけ、牛乳	ほうじ茶、えのき御飯
16金	豆乳、きゅうりスティック	オムハヤシライス、牛乳、豆苗とブロッコリーサラダ、フルーツゼリー	米、じゃがいも、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、◎牛乳、◎ホイップクリーム、卵(厚焼き卵)、ハム、スライスチーズ、◎調製豆乳	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、◎いちご、もも缶、みかん缶、パイ缶、もやし、トウモロコシ(芽ばえ)、◎きゅうり	ほうじ茶、梅のババロアケーキ
17土	豆乳	とん汁うどん、牛乳、カニカマとブロッコリーサラダ、パイ缶	ゆでうどん、○さつまいも、○砂糖、○なたね油、砂糖、ごま油、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、かにかまぼこ、◎調製豆乳	パイ缶、だいこん、きゅうり、にんじん、もやし、ねぎ、ごぼう、干しいたけ	ほうじ茶、大学芋
19月	牛乳、スティックにんじん	チャーハン、中華風コーンスープ、焼き餃子、バンバンジーサラダ、パイナップル	米、○ペンネ、油、片栗粉、ごま油	◎牛乳、○豚ひき肉、卵、焼き豚、鶏ささ身、○粉チーズ	パイナップル、もやし、クリームコーン缶、きゅうり、にんじん、ねぎ、コーン缶、万能ねぎ、干しいたけ、◎にんじん	麦茶、ミートパンネ
20火	まめびよいちご	ロールパン、ミネストローネ、ヒレカツ、ピーマンのツナ和え、みかん	ロールパン、じゃがいも、油、○ノンマヨ、ごま油	◎牛乳、ベーコン、ツナ油漬缶、○かつお節	みかん、トマトジュース缶、ピーマン、たまねぎ、もやし、キャベツ、にんじん、コーン缶、◎あおのり	牛乳、たこやき
21水	のむヨーグルト、こんぶ	ご飯、あおさのみそ汁、春雨とひき肉の炒め物、きゅうりのゆかり和え、りんご	米、○クレープシート、はるさめ、砂糖、油、ごま油	◎牛乳、◎ヨーグルト(ドリンク)、◎ホイップクリーム(植物性脂肪)、豚ひき肉、米みそ(甘みそ)、油揚げ	きゅうり、りんご、◎いちご、もやし、ねぎ、ピーマン、にんじん、干しいたけ、あおさ、◎刻みこんぶ	牛乳、いちごクレープ
22木	豆乳	ためきうどん、牛乳、シュウマイ、いんげんのごまマヨネーズあえ、オレンジ	ゆでうどん、○米、ノンマヨ、天かす、○砂糖	牛乳、◎調製豆乳、豚肉(もも)、かまぼこ、◎鶏もも肉、すりごま	オレンジ、いんげん、たまねぎ、にんじん、◎にんじん、◎いんげん(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、○ひじき	ほうじ茶、ひじき御飯
23金	 天皇誕生日 					
24土	豆乳	スパゲティナポリタン、牛乳、手作りごまドレッシングサラダ、バナナ	スパゲティ、ノンマヨ、砂糖、油、ごま油	牛乳、ウインナー、粉チーズ、すりごま、◎調製豆乳	バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、オレンジピーマン	ほうじ茶、肉まん
26月	牛乳、スティックにんじん	ごはん、みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)、たららの甘辛揚げ、カニかまサラダ、いちご	○食パン、米、油、片栗粉、○マーガリン、○砂糖、砂糖	◎調製豆乳、たら、絹ごし豆腐、米みそ(甘みそ)、かにかまぼこ、◎牛乳	いちご、グリーンアスパラガス、ブロッコリー、ねぎ、にんじん、乾燥わかめ(素干し水戻し)、◎にんじん	豆乳、ココアトーストパン
27火	まめびよバナナ	ご飯、みそ汁(麩・わかめ)、タンダーカジキ、白菜ツナポン和え、りんご	米、○食パン、焼ふ、三温糖、ごま油	◎牛乳、かじき、ヨーグルト(無糖)、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	りんご、はくさい、にんじん、◎いちごジャム、カットわかめ	牛乳、いちごジャムサンド
28水	のむヨーグルト、こんぶ	カレーライス、牛乳、豆苗とブロッコリーサラダ、バナナ	米、じゃがいも、油、砂糖、ごま油	牛乳、○牛乳、豚肉(ロース)、ハム、◎ヨーグルト(ドリンク)	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、きゅうり、にんじん、もやし、トウモロコシ(芽ばえ)、◎刻みこんぶ	ほうじ茶、ババロア(バニラ味)
29木	牛乳	クロワッサン、クリームシチュー、チキンナゲット、カリカリベーコンサラダ、いちご	○米、クロワッサン、じゃがいも、三温糖、油	牛乳、チキンナゲット、鶏ひき肉、ベーコン、◎ツナ味付缶、バター、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、いちご、グリーンアスパラガス、コーン缶、◎えのきたけ、牛乳	ほうじ茶、えのき御飯

エネルギー タンパク質 脂質 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
3歳以上児 521kcal 18.3g 17.6g 170mg 2.3mg 159μg 0.32mg 0.32mg

(今月の食育・行事)
01日精進料理の日 02日節分の日
14日バレンタインデー
16日誕生日会

※都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。

