



# 2月給食献立表



令和 2年度

認定こども園八代保育園

曜日	日	献立名	昼食 ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児 (1~2歳児)	
									主食	午前おやつ 午後おやつ
月	15	ポークカレー ゆでウインナー チーズサラダ	① 384kcal ② 18.8g ③ 16.2g ④ 2.1g	油 ジャが芋 三温糖	豚肉 ウインナー チーズ	玉葱 人参 しめじ レタス きゅうり トマト 水菜	カレールウ 塩 こしょう	スキムミルク みかん クッキー 小魚	ごはん	牛乳 クラッカー 麦茶 クッキー オレンジ
火	16	おでん れんこんのごまマヨ和え バナナ	① 289kcal ② 15.5g ③ 9.2g ④ 2.0g	三温糖 マヨネーズ バナナ	いわしつみれ ちくわ さつま揚げ うずらの卵	大根 こんにゃく 人参 れんこん	塩 こしょう	麦茶 節分豆 ★鬼まんじゅう (2日) ★甘納豆の 蒸しパン(16日)	塩焼きそば	牛乳 ウエハース 麦茶 ★鬼まんじゅう ★蒸しパン
水	17	麻婆豆腐 春雨サラダ わかめの中華スープ	① 306kcal ② 21.6g ③ 14.5g ④ 2.0g	油 ごま油 三温糖 春雨 ごま	豚肉 鶏肉 木綿豆腐 ロースハム わかめ	ねぎ 人参 きゅうり コーン缶 たけのこ	塩 こしょう 酢 しょうゆ 中華味	ココアミルク バナナ クラッカー 小魚	わかめご飯	牛乳 卵ボーロ 麦茶 バナナ クラッカー
木	18	チキンカツ カニカマ入り酢の物 なめこの味噌汁	① 364kcal ② 17.2g ③ 7.3g ④ 2.1g	パン粉 油 小麦粉 三温糖	鶏もも肉 卵 かにかま わかめ 味噌 油揚げ	きゅうり 人参 ねぎ なめこ 小松菜	塩 こしょう ソース 酢 しょうゆ	麦茶 ヨーグルト ビスケット	ジャムパン	牛乳 クッキー 麦茶 ヨーグルト ビスケット
金	19	高野豆腐と鶏の煮物 しらす納豆 はんぺんのすまし汁	① 396kcal ② 22.7g ③ 11.8g ④ 2.0g	三温糖	高野豆腐 鶏肉 しらす ひきわり納豆 はんぺん	人参 れんこん しいたけ ねぎ 小松菜 ねぎ ほうれん草	しょうゆ 塩	麦茶 ★ミルク棒 (5日) ★スノーボール クッキー(19日) (A、Bがキタ)	ごはん	牛乳 せんべい 麦茶 ミルク棒
土	20	魚のフライ ほうれん草のソテー 野菜スープ	～お誕生日会メニュー (8日)～ ♪赤鬼ごはん ♪ハートコロッケ ♪ほうれん草の和え物 ～おやつ～ ♪麦茶 ★フレンチトースト							牛乳 クッキー 麦茶 果物 せんべい
月	22	<p>🌸梅組さん リクエストメニュー🌸 ※以上児の主食は持参してください</p> <p>・鶏の唐揚げ ・マカロニサラダ ・ふわふわ卵のスープ ・わかめご飯 (未満児)</p> <p>～おやつ～ 麦茶 ★ミニいちごパフェ</p>								牛乳 せんべい 麦茶 ★ミニ いちごパフェ
火	9	回鍋肉 もやしナムル けんちん汁	① 319kcal ② 19.9g ③ 13.5g ④ 2.1g	油 ごま油 三温糖	豚肉 味噌	キャベツ 玉葱 人参 もやし きゅうり ねぎ 大根 ごぼう	塩 こしょう しょうゆ	麦茶 ★ホットケーキ (梅組 クッキング)	ごはん	牛乳 ビスケット 麦茶 ★ホットケーキ
水	24	ちくわの磯部揚げ スパゲッティサラダ かぼちゃの味噌汁	① 403kcal ② 20.6g ③ 15.4g ④ 1.9g	小麦粉 油 三温糖 サラスパ マヨネーズ	ちくわ 青のり ツナ缶 油揚げ 味噌	きゅうり 人参 コーン缶 水菜 ねぎ かぼちゃ	塩 こしょう	スキムミルク りんご クラッカー 小魚	おかかご飯	牛乳 卵ボーロ 麦茶 りんご クラッカー
木	25	ほっけの塩焼き ビーフンの炒め物 ポトフ風スープ	① 327kcal ② 22.5g ③ 11.3g ④ 2.0g	油 ビーフン じゃが芋	ほっけ ベーコン ウインナー	玉葱 人参 ピーマン キャベツ	塩 こしょう コンソメ	麦茶 ★杏仁豆腐	しらすうどん	牛乳 クッキー 麦茶 ★杏仁豆腐
金	26	たらこスパゲッティ ブロッコリーとハムのサラダ ささ身のスープ	① 377kcal ② 23.7g ③ 19.4g ④ 2.1g	バター 油 三温糖 スパゲッティ 片栗粉	たらこ ロースハム ささ身	ねぎ 玉葱 ブロッコリー 人参 ほうれん草	塩 こしょう しょうゆ 酢 鶏ガラ	スキムミルク ミニゼリー せんべい 小魚	ロールパン	牛乳 ウエハース 麦茶 せんべい ミニゼリー
土	27	ハンバーグ 野菜サラダ 果物	<p>※今年は 2日が節分会ですでおでんにイワシのつみれが入っています</p> <p>★おやつは節分豆は以上児のみの提供となります。よくかんでたべましょう!!</p> <p>※[クッキング日程]9日に梅組さん、19日にA・B組さんがクッキングをします。マスク・エフロン・三角巾を忘れずに持たせてあげてください♪</p>							牛乳 ビスケット 麦茶 ゼリー クッキー

★2月使用の旬の食材…大根、人参、ブロッコリー、小松菜、わかめ、いちご

※寒さが厳しくなるにつれ、身がしまり甘みを蓄える大根は体を温める作用があります。



※食材などの関係で献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★…手作りおやつ