




2月給食献立表



令和 3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	7 21	ポークカレー ゆでウインナー チーズサラダ	① 299kcal ② 14.9g ③ 19.3g ④ 1.4g	油 ジャガイモ 三温糖	豚肉 ウインナー チーズ	玉葱 人参 レタス きゅうり トマト	カレールー 塩 こしょう ケチャップ	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 牛乳 クッキー オレシジ	
火	22	さばの味噌煮 ひじきの煮物 ふわふわ卵スープ	① 184kcal ② 12.7g ③ 7.6g ④ 1.8g	三温糖 油	さば 味噌 さつま揚げ 豚肉 卵	ひじき 人参	塩	ココアミルク ミニゼリー おせんべい	野菜うどん	牛乳 ビスケット 牛乳 ミゼリー おせんべい	
水	9	高野豆腐の煮物 しらす納豆 はんぺんのすまし汁	① 207kcal ② 14.6g ③ 10.0g ④ 2.4g	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 ★豆腐 クッキー	ごはん	牛乳 ウエハース 麦茶 ★豆腐クッキー	
木	10 24	チキンカツ カニカマ入り酢の物 フルーツ(みかん)	① 257kcal ② 12.0g ③ 13.7g ④ 0.8g	パン粉 油 小麦粉 三温糖	鶏もも肉 かにかま わかめ	きゅうり 人参 みかん	塩 しょうゆ 酢 しょうゆ	麦茶 ヨーグルト 芋けんぴ	鮭ごはん	牛乳 クッキー 麦茶 ヨーグルト 野菜かりんとう	
金	25	和風スパゲッティ カミカミサラダ 冬野菜の豚汁	① 267kcal ② 10.4g ③ 11.8g ④ 1.8g	スパゲッティ 油 三温糖 マヨネーズ	ベーコン ロースハム 豚肉 味噌	玉葱 わけぎ しめじ エリンギ こぼろ 人参 きゅうり こぼろ 大根	塩 こしょう	麦茶 ★鶏そぼろ おにぎり	ロールパン	牛乳 卵ボーロ 麦茶★鶏そぼろ おにぎり	
土	5 19	チキンナゲット 野菜ソテー 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 ♪いちご入りフルーツポンチ								牛乳 クッキー 麦茶 果物 せんべい
月	14 28	ほっけの塩焼き ビーフンの炒め物 ポトフ風スープ	① 323kcal ② 20.2g ③ 13.6g ④ 1.4g	油 ビーフン じゃが芋	ほっけ 豚肉 ベーコン	玉葱 人参 ピーマン キャベツ パセリ	塩 こしょう コンソメ	麦茶 ★ジャガッド	しらすうどん	牛乳 クッキー 麦茶 ★ジャガッド	
火	1 15	回鍋肉 もやしナムル けんちん汁	① 253kcal ② 11.8g ③ 7.5g ④ 2.2g	油 ごま油 三温糖 里芋	豚肉 味噌 豆腐	キャベツ 玉葱 人参 椎茸 きゅうり ねぎ もやし わかめ 大根 こぼろ	塩 こしょう しょうゆ	麦茶 ★お好み焼き	ごはん	牛乳 ビスケット 麦茶 ★お好み焼き	
水	2 16	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 269kcal ② 14.0g ③ 12.2g ④ 2.2g	小麦粉 油 三温糖 サラスパ マヨネーズ	ちくわ ツナ缶 油揚げ 味噌	きゅうり 人参 コーン缶 ねぎ 青のり かぼちゃ	塩 こしょう	スキムミルク りんご クラッカー	ロールパン	牛乳 卵ボーロ 牛乳 りんご クラッカー	
木	3 17	おでん れんこんのごまマヨ和え バナナ	① 247kcal ② 12.0g ③ 8.0g ④ 1.8g	三温糖 マヨネーズ	いわしつみれ ちくわ はんぺん うすらの卵	大根 こんにゃく 人参 昆布 れんこん	塩 こしょう	麦茶 ★鬼まんじゅう・ 節分豆(3日) ★甘納豆の蒸しパ ン(17日)	ごはん	牛乳 ウエハース 麦茶 ★鬼まんじゅう ★蒸しパン	
金	4 18	麻婆豆腐 春雨サラダ わかめの中華スープ	① 227kcal ② 10.9g ③ 12.8g ④ 1.8g	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 だしのこ	塩 しょうゆ 酢 しょうゆ 中華味	スキムミルク バナナ パイ 小魚	わかめご飯	牛乳 卵ボーロ 牛乳 バナナ パイ	
土	12 26	ハンバーグ 野菜サラダ 果物	※ 今年は 3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 ★ おやつ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!!								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。

★…手作りのおやつ