

2月給食献立表

曜日	日	献立名	以上児のみ 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)		
									午前おやつ	午後おやつ	
月	2 16	ごはん 豚のバターポン酢焼き 切り干し大根サラダ 旬野菜の味噌汁	① 520kcal ② 25.1g ③ 11.4g ④ 1.9g	米 バター 油	豚肉 シーチキン 味噌 煮干し	人参 玉葱 レタス 切り干し大根 ブロッコリー 小松菜 白菜 蓮根 長葱	しょうゆ 酢 塩 レモン汁 和風だし	★松の ★ツツサンド	牛乳 クラッカー	牛乳 ★ツツサンド	
火	3 17	青菜ごはん イワシフライ カミカミサラダ(大豆) わかめスープ	① 505kcal ② 18.9g ③ 14.3g ④ 1.7g	米 油 パン粉 マヨネーズ 三温糖	いわし 大豆 わかめ	人参 ごぼう キャベツ 青のり 長葱 コーン缶 白菜 もやし ブロッコリー	ソース 塩 中華だし しょうゆ	麦茶 ★さつま芋 蒸しパン	牛乳 パイ	麦茶 ★さつま芋蒸しパン	
水	4 18	ごはん 鶏のごま味噌焼き 五目きんぴら 豆腐と生姜のスープ	① 552kcal ② 28.0g ③ 7.9g ④ 1.5g	米 ごま	鶏肉 ちくわ 木綿豆腐	蓮根 人参 大根 ごぼう 小松菜 玉葱 生姜 もやし 長葱 白菜	酒 塩 しょうゆ 鶏ガラだし	★松の バナナ クッキー 小魚	牛乳 ウエハース	牛乳 バナナ クッキー	
木	5 19	ミートソースパスタ 青菜とひじきのマヨ和え りんご	① 515kcal ② 19.8g ③ 15.8g ④ 0.9g	スパゲッティ 三温糖 マヨネーズ	豚肉 ひじき	にんにく 玉葱 人参 白菜 もやし キャベツ 小松菜 コーン缶	ケチャップ コンソメ 塩	麦茶 ★ホット ケーキ	牛乳 ビスケット	麦茶 ★ホットケーキ	
金	6 20	麦ごはん 根菜カレー スクランブルエッグ チョレギサラダ	① 513kcal ② 18.4g ③ 13.4g ④ 1.8g	米 押し麦 油 じゃが芋 ごま油 ごま	鶏肉 卵 のり	人参 玉葱 蓮根 大根 ほうれん草 レタス サニーレタス 水菜 トマト	カレールー ケチャップ ソース 中華だし しょうゆ	麦茶 ヨーグルト パイ	牛乳 卵ボーロ	麦茶 パイ ヨーグルト	
土	7 21	松風焼き 野菜サラダ スープ	~お誕生日会メニュー(9日)~  赤鬼プレート(チキンライス、焼きそば) 鶏団子スープ 花みかん ~おやつ~ 麦茶 手作りプリン(ホイップのせ)							牛乳 クッキー	麦茶 果物 ぜんべい
おやつ	27日 (金)	★★★ 以上児合同おやつバイキングを開催します ★★★ 各クラスに食べたいおやつをアンケートしてメニューを決めました! ♪ポテトチップス(のり塩) ♪ポップコーン(ココア味、塩味) ♪カップゼリー(苺、青りんご、ぶどう) 食べたいおやつを選んで食べます。お楽しみに!								未満児 ♪ポテトチップス(のり塩) ♪ポップコーン(塩味) ♪カップゼリー(ぶどう)	
火	10 24	ロールパン デミグラスハンバーグ チョップドサラダ クリームスープ	① 552kcal ② 20.8g ③ 16.7g ④ 1.6g	ロールパン さつまいも マヨネーズ じゃが芋	豚肉 木綿豆腐 ハム 脱脂粉乳	玉葱 トマト キャベツ 人参 きゅうり 大根 蓮根 ほうれん草 コーン缶	ハヤシルー 酢 塩 コンソメ	麦茶 ★炊き込み おにぎり	牛乳 ビスケット	麦茶 ★炊き込みおにぎり	
水	25	マーボー丼(麦ごはん) 鶏きゃべサラダ バナナ	① 551kcal ② 27.1g ③ 10.0g ④ 1.0g	米 押し麦 油	鶏肉 木綿豆腐 味噌	人参 長葱 しめじ キャベツ コーン缶 きゅうり バナナ	酒 塩 鶏ガラだし	★松の ★カップゼリー おせんべい	牛乳 卵ボーロ	牛乳 ★カップゼリー おせんべい	
木	12 26	豆乳味噌うどん ナゲット 蓮根サラダ	① 462kcal ② 21.4g ③ 12.7g ④ 2.4g	うどん じゃが芋 三温糖 油	かまぼこ 味噌 豆乳 ナゲット ベーコン	人参 玉葱 白菜 蓮根 サニーレタス レタス 蓮根 ブロッコリー カリフラワー	和風だし 酢 塩 しょうゆ	★松の オレンジ ウエハース 小魚	牛乳 パイ	牛乳 ウエハース オレンジ	
金	13 27	ごはん 魚の磯辺焼き チーズサラダ コンソメスープ	① 513kcal ② 18.0g ③ 14.5g ④ 1.1g	米 マヨネーズ じゃが芋	たら 青のり チーズ	レタス 人参 サニーレタス ブロッコリー 玉葱 蓮根 キャベツ 大根	塩 酢 コンソメ	麦茶 13日 ★ココアクッキー 27日 ★おやつバイキング	牛乳 クラッカー	麦茶 13日★ココアクッキー 27日 ★おやつバイキング	
土	14 28	ハンバーグ 温野菜サラダ フルーツ	★今月のクッキングは梅組、A組「ホットケーキ作り」 B組「ココアクッキー作り」を行います♪(以上児さんのみ) 梅組(5日) 桃A組(19日) 桃B組(13日) ☺ マスク、エプロン、三角巾を忘れずに持ってきてください ☺							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、カリフラワー、小松菜、れんこん、キャベツ、みかん
 ※ 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。