

2月 予定献立表

平成31年2月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	
1(金)	おかし 牛乳	鬼ご飯 鶏の胡麻衣揚げ 大豆の五目煮 つみれ汁 果物	さつま芋ケーキ 牛乳	鶏ひき、人参、黄パプリカ、レーズン、海苔、醤油、三温糖、ケチャップ、鶏ささみ、ごま、にんにく、小麦粉、さつま芋、豆乳、BP 大豆、れんこん、椎茸、油揚げ、だしかつお・昆布、塩、ごま油、ねぎ、大根、えのき、いわしすり身、葉ねぎ、生姜、片栗粉	幼 627 乳 576	30.7 27.7	
2(土)	おかし 牛乳	チャーハン きゅうりのナムル テンゲン菜のスープ 果物	おかし 牛乳	ねぎ、人参、コーン、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、きゅうり、黄パプリカ、ささ身 テンゲン菜、玉ねぎ、えのき、キャベツ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	幼 546 乳 518	19.6 18.8	
4(月)	おかし 牛乳	ご飯 ねぎ塩チキン 小松菜のお浸し 田舎味噌汁 果物	シュガートースト 牛乳	鶏もも、ねぎ、にんにく、塩、こしょう、片栗粉、ごま油、小松菜、きゅうり、白菜、油揚げ、えのき、しらす、醤油 玉ねぎ、人参、大根、じゃが芋、豚肉、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、砂糖、バター	幼 568 乳 533	24.6 22.8	
5(火)	果物 牛乳	味噌ラーメン 豚の生姜煮 野菜の胡麻和え 果物	ゆかりおにぎり 牛乳	ねぎ、干し椎茸、もやし、キャベツ、コーン、豚肉、ニラ、生姜、だしかつお、だし昆布、味噌、醤油、塩 豚肉、大根、ごぼう、みりん、三温糖、人参、きゅうり、黄パプリカ、いんげん、すりごま、ゆかり	幼 608 乳 559	24.7 22.7	
6(水)	おかし 牛乳	わかめご飯 たらのあんかけ ささ身のサラダ 油揚げの味噌汁 果物	煮込みうどん 牛乳	わかめ、たら、人参、玉ねぎ、えのき、いんげん、だしかつお・昆布、醤油、みりん、塩、ごま油、片栗粉、小麦粉、鶏肉、小松菜 きゅうり、黄パプリカ、ブロッコリー、ささみ、マヨネーズ、ねぎ、キャベツ、舞茸、油揚げ、葉ねぎ、煮干し、味噌	幼 518 乳 495	25.4 23.5	
7(木)	果物 牛乳	パンブキンパン コロッケ 果物 かぶとコーンのサラダ 白菜のスープ	ピラフ 牛乳	じゃが芋、玉ねぎ、豚ひき、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ソース、三温糖、かぶ、コーン、きゅうり、キャベツ 酢、ねぎ、人参、白菜、鶏肉、小松菜、だしかつお、だし昆布、ピーマン、コーン	幼 571 乳 541	22.2 20.8	
8(金)	おかし 牛乳	ハヤシライス じゃこサラダ ポトフ 果物	りんご蒸しパン 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、トマトピューレ・ジュース、小麦粉、油、塩、ケチャップ、ソース、醤油、三温糖、牛脂、りんご、豆乳、BP ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、じゃこ、酢、ごま、ねぎ、人参、しめじ、大根、キャベツ、小松菜、豚肉、だしかつお・昆布	幼 606 乳 562	22.5 21.2	
9(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 春雨サラダ わかめスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、もやし、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 春雨、きゅうり、醤油、三温糖、酢、ねぎ、わかめ、えのき、葉ねぎ、だしかつお、醤油、塩	幼 630 乳 585	24.7 22.8	
11(月)		建国記念の日					
12(火)	果物 牛乳	煮込みうどん 鶏天・さつま芋天 昆布和え 果物	中華おこわ 牛乳	ねぎ、人参、白菜、しめじ、豚肉、油揚げ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、油、みりん 鶏肉、生姜、さつま芋、小麦粉、酒、大根、きゅうり、黄パプリカ、塩昆布、ごま油、干し椎茸、竹の子	幼 593 乳 517	27.2 24.0	
13(水)	おかし 牛乳	ご飯 鮭の香味焼き ひじきのサラダ 厚揚げの味噌汁 果物	マカロニ洋風煮 牛乳	鮭、ねぎ、生姜、醤油、みりん、ひじき、人参、きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、ささみ、三温糖、酢、オリーブオイル 玉ねぎ、人参、えのき、厚揚げ、葉ねぎ、だし昆布、だし煮干し、味噌、ピーマン、豚ひき	幼 520 乳 497	27.1 24.8	
14(木)	果物 牛乳	胚芽ロール 煮込みハンバーグ 大根サラダ ほうれん草のスープ 果物	マーブルケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、カットマト、にんにく、マッシュルーム、パン粉、塩、こしょう、豆乳、ゼラチン、三温糖、ケチャップ 大根、きゅうり、もやし、しらす、すりごま、酢、醤油、ごま油、ソース、ねぎ、しめじ、コーン、ほうれん草、だし昆布、だしかつお	幼 573 乳 544	25.3 23.3	
15(金)	おかし 牛乳	カレーライス ブロッコリーサラダ キャベツのスープ 果物	ジャムサンド 牛乳	玉ねぎ、人参、カットマト、豚肉、にんにく、塩、油、ケチャップ、ソース、小麦粉、カレー粉、だしかつお、だし昆布、マーガリン ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、醤油、三温糖、酢、オリーブオイル、ねぎ、舞茸、キャベツ、鶏ひき、小松菜、イテゴジャム	幼 622 乳 575	24.1 22.4	
16(土)	おかし 牛乳	中華丼 鶏のうま煮 鮭のスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、人参、キャベツ、竹の子、豚肉、椎茸、青梗菜、ごま油、醤油、塩、三温糖、片栗粉 鶏肉、大根、しいたけ、だしかつお、だし昆布、鮭、もやし、ねぎ、葉ねぎ	幼 571 乳 537	23.6 22.0	
18(月)	おかし 牛乳	ご飯 プリの照り焼き きゅうりの酢の物 豚汁 果物	きな粉トースト 牛乳	プリ、生姜、醤油、酒、三温糖、きゅうり、人参、わかめ、キャベツ、黄パプリカ、酢 ねぎ、えのき、ごぼう、大根、木綿、豚肉、葉ねぎ、だし煮干、だし昆布、味噌	幼 562 乳 527	25.4 23.4	
19(火)	果物 牛乳	ミートソーススパゲティ 切干大根のサラダ ポテトスープ 果物	ツナおにぎり 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、にんにく、カットマト、トマトピューレ、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、ツナ 切干大根、きゅうり、コーン、醤油、酢、ごま油、ねぎ、しめじ、じゃが芋、鶏肉、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 631 乳 590	23.0 21.4	
20(水)	おかし 牛乳	ご飯 鶏菜豆腐 果物 ブロッコリーのしらす和え 春雨スープ	バナナケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、にんにく、しょうが、豚ひき、木綿、ごま油、醤油、味噌、三温糖、片栗粉、塩、小麦粉、BP、バナナ ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、ねぎ、干し椎茸、鶏ひき、葉ねぎ、春雨、だしかつお、だし昆布、豆乳	幼 562 乳 528	22.7 21.3	
21(木)	果物 牛乳	チーズパン タンドリーチキン 果物 野菜の胡麻味噌和え オニオンスープ	焼きそば 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、にんにく、生姜、ケチャップ、三温糖、塩、醤油、カレー粉、オリーブオイル、人参、白菜、豚肉、小松菜 じゃが芋、れんこん、ブロッコリー、黄パプリカ、すりごま、いりごま、味噌、三温糖、だしかつお・昆布、こしょう、キャベツ、もやし	幼 580 乳 537	27.3 24.9	
22(金)	おかし 牛乳	炊き込みご飯 テキン南蛮 ミントマト ツナサラダ きのこの味噌汁 果物	みかんのムース 牛乳	鶏ひき、人参、ごぼう、いんげん、椎茸、砂糖、醤油、鶏もも、玉ねぎ、パプリカ、にんにく、生姜、みかんジュース・缶、ヨーグルト 大豆マヨネーズ、酢、油、片栗粉、ツナ、キャベツ、きゅうり、ねぎ、えのき、舞茸、豚肉、しめじ、小松菜、だし昆布、牛乳、ゼラチン	幼 634 乳 587	26.6 24.4	
23(土)	おかし 牛乳	そぼろ丼 塩キャベツ 豆腐の味噌汁 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、鶏ひき、人参、もやし、ほうれん草、生姜、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、ねぎ、豆腐、わかめ、えのき、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 621 乳 583	25.1 23.0	
25(月)	おかし 牛乳	ご飯 鮭の香りパン焼き ひじきの煮物 けんちん汁 果物	揚げパン 牛乳	鮭、ゆかり、青のり、パン粉、小麦粉、塩、ひじき、人参、さつま揚げ、しらす、油揚げ、いんげん、えのき、大豆 ねぎ、しめじ、大根、ごぼう、里芋、油揚げ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、油、みりん、きな粉、三温糖	幼 523 乳 496	23.8 22.2	
26(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば かぼちゃサラダ フンタンスープ 果物	カレーピラフ 牛乳	玉ねぎ、人参、椎茸、竹の子、白菜、青梗菜、豚肉、かまぼこ、にんにく、生姜、塩、醤油、ごま油、片栗粉、カレー粉、ピーマン かぼちゃ、きゅうり、コーン、マヨネーズ、ねぎ、えのき、もやし、鶏ひき、ワンタンの皮、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、豚ひき	幼 633 乳 580	24.1 22.3	
27(水)	おかし 牛乳	納豆ご飯 鶏の照り焼き 果物 野菜の海苔和え 大根の生姜スープ	すいとん 牛乳	納豆、小松菜、たくあん、鶏もも、みりん、三温糖、人参、きゅうり、もやし、キャベツ、黄パプリカ、しらす、海苔 酢、ごま油、ねぎ、大根、わかめ、葉ねぎ、キャベツ、生姜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、鶏ひき、小麦粉	幼 519 乳 494	29.2 26.4	
28(木)	果物 牛乳	レーズンパン 白身魚のフライ グリーンサラダ 豆乳スープ 果物	昆布おにぎり 牛乳	カレー、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ソース、三温糖、キャベツ、黄パプリカ、きゅうり、ブロッコリー、塩、酢 玉ねぎ、人参、しめじ、鶏肉、白菜、コーン、小松菜、豆乳、だしかつお、だし昆布、醤油、こしょう、昆布	幼 543 乳 520	26.1 23.9	

※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。
 ※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児	575	28.7	♀ 幼	581	25.0
	乳児	479	23.9	乳	542	23.0