

2月 予定献立表

令和3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(月)	バナナ	醤油ラーメン かぼちゃのいとこ煮	いなりおにぎり	豚肉、ねぎ、人参、椎茸、もやし、キャベツ、にんにく、ほうれん草、だし煮干し、だし昆布、醤油、塩	幼 631	24.9
	牛乳	ささ身のサラダ オレンジ	牛乳	かぼちゃ、小豆、だしかつお、ささ身、きゅうり、黄パプリカ、すりごま、ごま、マヨネーズ、油揚げ	乳 590	23.0
2(火)	おかし	海苔巻き 豚のみぞれあんあけ	いちご蒸しパン	豚ロース、大根、しめじ、えのき、生姜、人参、菜ねぎ、三温糖、醤油、酒、片栗粉、油、きゅうり、かんぴょう、たくあん、桜でんぶ、大豆マヨネーズ、いちごソース	幼 637	26.7
	牛乳	じゃこサラダ さつま芋の味噌汁 みかん	牛乳	じゃこ、かぶ、キャベツ、黄パプリカ、ごま、三温糖、酢、油揚げ、さつま芋、玉ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、砂糖、いちご、生クリーム	乳 588	24.4
3(水)	おかし	ゆかりご飯 カレイの煮つけ バナナ	ジャージャー麺	カレイ、生姜、醤油、三温糖、みりん、豆腐、ねぎ、えのき、じゃが芋、菜ねぎ、だしかつお、だし昆布、塩	幼 529	26.5
	牛乳	かぶとコーンのサラダ 豆腐のすまし汁	牛乳	かぶ、人参、きゅうり、コーン、ブロッコリー、三温糖、酢、オリーブオイル、豚ひき、玉ねぎ、もやし、味噌	乳 496	22.8
4(木)	オレンジ	レーズンパン 鶏のかりかり焼き	中華おこわ	鶏もも、カットマト、にんにく、パセリ、パン粉、塩、胡椒、ケチャップ、醤油、オリーブオイル、竹の子、干し椎茸、豚肉	幼 504	24.5
	牛乳	ツナサラダ 大根スープ りんご	牛乳	ツナ、人参、キャベツ、黄パプリカ、酢、醤油、三温糖、油、豚ひき、大根、ねぎ、しめじ、ほうれん草、だしかつお、だし昆布	乳 475	22.5
5(金)	おかし	ご飯 厚揚げ入り麻婆春雨 グレープフルーツ	きな粉 クリームサンド	豚ひき、厚揚げ、春雨、玉ねぎ、人参、にら、にんにく、竹の子、椎茸、醤油、三温糖、塩、片栗粉、きな粉、マーガリン、砂糖	幼 609	23.0
	牛乳	花野菜のナムル えのきのスープ	牛乳	カリフラワー、ブロッコリー、もやし、コーン、酢、三温糖、ごま油、鶏ひき、じゃが芋、えのき、ねぎ、生姜、小松菜、だしかつお、だし昆布	乳 564	21.5
6(土)	おかし	中華丼	おかし	豚肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、椎茸、竹の子、チンゲン菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、ごま油	幼 575	21.0
	牛乳	白菜サラダ 蓮根スープ バナナ	牛乳	白菜、黄パプリカ、きゅうり、ごま、酢、三温糖、油、蓮根、ねぎ、しめじ、豚ひき、菜ねぎ、だしかつお、だし昆布	乳 540	19.9
8(月)	おかし	ご飯 鶏の唐揚げ	セサミトースト	鶏もも、にんにく、生姜、醤油、酒、片栗粉、油、ごぼう、蓮根、キャベツ、玉ねぎ、舞茸、ほうれん草、だし煮干し、だし昆布、味噌	幼 565	26.1
	牛乳	大根サラダ 根菜の味噌汁 オレンジ	牛乳	しらす、人参、大根、きゅうり、もやし、ごま、すりごま、酢、三温糖、ごま油、砂糖、マーガリン、すりごま	乳 529	24.0
9(火)	バナナ	けんちんうどん 肉じゃが	ケチャップライス	油揚げ、人参、ごぼう、椎茸、里芋、ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、みりん、ごま油	幼 515	21.3
	牛乳	ブロッコリーのしらす和え りんご	牛乳	豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、白滝、いんげん、三温糖、しらす、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、鶏肉、コーン、ピーマン	乳 499	20.0
10(水)	おかし	カレーライス しょうゆフレンチ	焼きそば	豚肉、人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、カットマト、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、こしょう、もやし	幼 561	23.4
	牛乳	小松菜のスープ バナナ	牛乳	ささ身、キャベツ、コーン、きゅうり、醤油、小松菜、椎茸、えのき、ねぎ、里芋、だしかつお、だし昆布、キャベツ	乳 529	21.8
11(木)		建国記念日				
12(金)	おかし	わかめご飯 ぶりの南蛮漬け	りんごケーキ	ぶり、生姜、玉ねぎ、人参、赤パプリカ、ピーマン、酒、油、片栗粉、醤油、酢、三温糖、小麦粉、BP、砂糖、豆乳、油、りんご	幼 569	24.5
	牛乳	おかか和え 油揚げの味噌汁 みかん	牛乳	白菜、ブロッコリー、黄パプリカ、かつお節、豚肉、油揚げ、ねぎ、椎茸、蓮根、菜ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	乳 534	22.7
13(土)	おかし	ピラフ 豚のトマト煮	おかし	鶏肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、にんにく、黄パプリカ、醤油、塩、かぶ、舞茸、白菜、ほうれん草、だしかつお、だし昆布	幼 598	24.2
	牛乳	かぶのスープ バナナ	牛乳	豚肩、玉ねぎ、しめじ、じゃが芋、キャベツ、小松菜、カットマト、ケチャップ、三温糖、油	乳 559	22.5
15(月)	おかし	納豆ご飯 鶏の香味焼き オレンジ	おからケーキ	鶏もも、ねぎ、生姜、醤油、三温糖、みりん、豚肉、じゃが芋、椎茸、玉ねぎ、菜ねぎ、だし煮干し、だし昆布、味噌、おから、砂糖	幼 560	24.0
	牛乳	野菜の海苔和え 田舎風味味噌汁	牛乳	人参、きゅうり、もやし、キャベツ、黄パプリカ、きざみのり、酢、ごま油、ひき割り納豆、小松菜、たくあん、小麦粉、BP、豆乳	乳 567	23.2
16(火)	バナナ	ミートソーススパゲティ グレープフルーツ	鮭おにぎり	豚ひき、玉ねぎ、人参、ピーマン、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、鮭	幼 617	25.7
	牛乳	グリーンサラダ かぼちゃのスープ	牛乳	ブロッコリー、きゅうり、大根、キャベツ、酢、オリーブオイル、かぼちゃ、ねぎ、コーン、椎茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油	乳 578	23.6
17(水)	おかし	ごま塩ご飯 豚と白菜の煮物 りんご	ジャムサンド	豚肉、木綿、白菜、人参、生姜、えのき、椎茸、ゆず、菜ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、酢、ブルーベリージャム	幼 628	29.4
	牛乳	ブロッコリーサラダ ほうれん草の味噌汁	牛乳	ブロッコリー、かぶ、コーン、ツナ、三温糖、酢、オリーブオイル、豚肉、玉ねぎ、しめじ、里芋、ほうれん草、味噌、マーガリン	乳 582	26.5
18(木)	オレンジ	チーズパン 鮭フライ バナナ	カレーピラフ	鮭、パセリ粉、酒、塩、こしょう、パン粉、小麦粉、油、ソース、ケチャップ、鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、黄ピーマン、ねぎ、もやし	幼 580	28.5
	牛乳	焼き野菜のマリネ コーンスープ	牛乳	じゃこ、玉ねぎ、蓮根、かぼちゃ、三温糖、醤油、酢、オリーブオイル、鶏ひき、人参、コーン、椎茸、菜ねぎ、だしかつお、だし昆布	乳 537	25.8
19(金)	おかし	ご飯 麻婆豆腐 中華サラダ	ペペロンチーノ 風 マカ	木綿、豚ひき、人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、にら、醤油、三温糖、味噌、片栗粉、ごま油、にんにく、豚肉、ほうれん草	幼 505	24.5
	牛乳	お麴のスープ みかん	牛乳	ささ身、きゅうり、黄パプリカ、キャベツ、酢、大根、ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、塩	乳 483	22.7
20(土)	おかし	焼肉丼 野菜の胡麻和え	おかし	豚肉、にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、キャベツ、小松菜、醤油、三温糖、ごま油、塩	幼 600	23.5
	牛乳	青梗菜のスープ バナナ	牛乳	ほうれん草、黄パプリカ、白菜、すりごま、いりごま、豚ひき、竹の子、ねぎ、干し椎茸、青梗菜、だしかつお、だし昆布	乳 560	21.9
22(月)	おかし	ツナご飯 鶏と大根の煮物 りんご	煮込みうどん	鶏もも、大根、人参、蓮根、玉ねぎ、生姜、醤油、三温糖、酒、キャベツ、ねぎ、里芋、椎茸、菜ねぎ、だしかつお	幼 530	25.1
	牛乳	小松菜のお浸し キャベツの味噌汁	牛乳	油揚げ、しらす、きゅうり、えのき、小松菜、もやし、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、味噌、だし昆布	乳 503	23.1
23(火)		天皇誕生日				
24(水)	おかし	ハヤシライス 野菜の甘酢和え	シュガートースト	豚肉、牛脂、人参、玉ねぎ、にんにく、トマトジュース、トマトピューレ、小麦粉、油、塩、ケチャップ、ソース、醤油、三温糖、塩	幼 586	22.0
	牛乳	ポテトスープ オレンジ	牛乳	きゅうり、大根、白菜、黄パプリカ、醤油、三温糖、豚ひき、じゃが芋、ねぎ、しめじ、ほうれん草、だしかつお、だし昆布、砂糖、マーガリン	乳 546	20.7
25(木)	バナナ	さつま芋パン 白身魚のクリームソースかけ	昆布おにぎり	たら、にんにく、玉ねぎ、人参、しめじ、さつま芋、小麦粉、油、こしょう、パセリ粉、牛乳、ごま昆布、醤油	幼 585	25.6
	牛乳	コールスローサラダ 白菜のスープ グレープフルーツ	牛乳	キャベツ、コーン、きゅうり、酢、塩、三温糖、オリーブ油、鶏肉、白菜、ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布	乳 491	21.6
26(金)	おかし	ハートご飯 鶏のマーマレード焼き みかん	ガトーショコラ風 ケーキ	鶏もも、マーマレード、玉ねぎ、黄パプリカ、ピーマン、人参、酒、醤油、片栗粉、小麦粉、ココア、豆乳、砂糖、豆腐、舞茸	幼 590	25.4
	牛乳	ブロッコリーのゆかり和え かぶの味噌汁	牛乳	ブロッコリー、大根、白菜、もやし、ゆかり、塩、豚肉、かぶ、キャベツ、椎茸、ねぎ、菜ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、かまぼこ	乳 551	23.4
27(土)	おかし	チャーハン 春雨サラダ	おかし	豚ひき、ねぎ、人参、黄パプリカ、生姜、菜ねぎ、醤油、塩、ごま油	幼 594	21.5
	牛乳	わかめスープ バナナ	牛乳	春雨、ささ身、きゅうり、コーン、酢、三温糖、鶏ひき、わかめ、人参、玉ねぎ、えのき、ごま、だしかつお、だし昆布	乳 555	20.3

※ 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	24.4
	乳児	472	20.1

幼	576	24.6
乳	539	22.6