

2月 予定献立表

令和4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(火)	果物 牛乳	タンメン 鶏とさつま芋の煮物 昆布和え みかん	ツナマヨサンド 牛乳	豚肉、白菜、人参、もやし、にんにく、椎茸、ねぎ、コーン、青梗菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、ごま油 さつま芋、鶏もも、大根、生姜、三温糖、ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、塩昆布、ツナ、大豆マヨネーズ	幼 612 乳 572	28.0 25.4
2(水)	果物 牛乳	レーズンパン 鶏のクリームソースがけ しょうゆフレンチ カリフラワーのスープ りんご	中華おこわ 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、マッシュルーム、人参、じゃが芋、生姜、にんにく、牛乳、パセリ、小麦粉、油、塩、こしょう、干し椎茸 キャベツ、きゅうり、コーン、醤油、酢、ねぎ、しめじ、カリフラワー、ほうれん草、鶏肉、だしかつお・昆布、竹の子、豚肉	幼 538 乳 498	25.2 23.1
3(木)	おかし 牛乳	鬼カレー ひじきのサラダ つみれ汁 デコボン	恵方ロール 牛乳	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、豚肉、カットマト、いんげん、小麦粉、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、胡椒、米粉、バター、ココア、豆乳、いちご、バナナ、みかん缶 ひじき、キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、大豆水煮、醤油、三温糖、酢、ねぎ、大根、白菜、えのき、いわしすり身、葉ねぎ、だしかつお・昆布、片栗粉、生クリーム、BP	幼 625 乳 572	23.9 22.2
4(金)	おかし 牛乳	ご飯 豚のみぞれあんかけ パナナ ブロッコリーのしらす和え さつま芋の味噌汁	きつねうどん 牛乳	豚肩ロース、大根、椎茸、えのき、生姜、人参、葉ねぎ、三温糖、醤油、酒、片栗粉、油揚げ、ねぎ、小松菜 ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、塩、ごま油、さつま芋、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、豚肉、だしかつお・昆布、味噌	幼 540 乳 508	25.2 23.3
5(土)	おかし 牛乳	ピラフ キャベツの中華煮 チンゲン菜のスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、鶏肉、油、食塩、こしょう、ねぎ、人参、青梗菜、えのき、もやし 鶏もも、キャベツ、椎茸、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、ごま油	幼 576 乳 537	24.6 22.8
7(月)	おかし 牛乳	ご飯 厚揚げ入り麻婆春雨 りんご ガーリックサラダ ワンタンスープ	シュガートースト 牛乳	玉ねぎ、人参、にら、生姜、にんにく、豚ひき、春雨、厚揚げ、竹の子、椎茸、醤油、三温糖、塩、マーガリン、砂糖 ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、にんにく、酢、ごま油、ねぎ、鶏ひき、ワンタンの皮、葉ねぎ、えのき、だしかつお・昆布	幼 556 乳 519	23.6 21.9
8(火)	果物 牛乳	ミートソースパグティ フレンチサラダ かぼちゃのスープ パナナ	炊込み鶏ご飯 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 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、三温糖、酢、オリーブオイル、かぼちゃ、ねぎ、しめじ、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 611 乳 559	24.5 22.6
9(水)	おかし 牛乳	ゆかりご飯 から揚げ いちご 切干大根の煮物 麩の味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	鶏もも、にんにく、生姜、酒、片栗粉、油、麩、ねぎ、舞茸、白菜、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、BP 切干大根、人参、白滝、えのき、油揚げ、いんげん、さつま揚げ、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、小麦粉、黒糖、豆乳	幼 551 乳 512	25.9 23.8
10(木)	果物 牛乳	パンブキンパン 鮭のパン粉焼き みかん かぶとコーンのサラダ オニオンスープ	ジャージャー種 牛乳	鮭、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、豚ひき、味噌 かぶ、コーン、きゅうり、ブロッコリー、人参、油、酢、三温糖、玉ねぎ、白菜、しめじ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 551 乳 524	28.4 25.7
11(金)		建国記念の日				
12(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 塩キャベツサラダ かぶの味噌汁 パナナ	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 キャベツ、きゅうり、コーン、ごま、酢、ねぎ、かぶ、しめじ、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 607 乳 562	26.1 24.0
14(月)	おかし 牛乳	ご飯 和風あんかけハンバーグ 甘酢和え 厚揚げの味噌汁 いよかん	ベベロンチーノ風 マカロニ 牛乳	豚ひき、玉ねぎ、椎茸、えのき、人参、生姜、葉ねぎ、ゼラチン、パン粉、豆乳、塩、こしょう、醤油、酒、片栗粉、ツナ、しめじ、マカロニ 大根、きゅうり、黄パプリカ、酢、三温糖、厚揚げ、ねぎ、舞茸、じゃが芋、小松菜、だしかつお・昆布、味噌、にんにく、パセリ	幼 534 乳 501	26.0 23.9
15(火)	果物 牛乳	けんちんうどん 豚の煮物 ささ身のマヨサラダ パナナ	鮭ピラフ 牛乳	油揚げ、人参、ごぼう、椎茸、里芋、ねぎ、ほうれん草、だしかつお・昆布、醤油、塩、みりん、ごま油、鮭、小松菜、コーン 豚肉、大根、生姜、玉ねぎ、白菜、青梗菜、三温糖、酒、油、きゅうり、ブロッコリー、黄パプリカ、ささみ、マヨネーズ	幼 541 乳 495	27.6 24.9
16(水)	おかし 牛乳	ブルコギ風丼 野菜の浅漬け わかめスープ みかん	バナナケーキ 牛乳	豚肩ロース、玉ねぎ、人参、もやし、にら、にんにく、ごま、醤油、酒、味噌、三温糖、ごま油、バナナ、小麦粉、豆乳、BP キャベツ、きゅうり、かぶ、ゆず、だしかつお、だし昆布、塩、酢、わかめ、ねぎ、大根、小松菜、椎茸、鶏肉、マーガリン	幼 571 乳 530	23.8 22.1
17(木)	果物 牛乳	さつま芋パン タンドリーチキン いちご コールスローサラダ きこのスープ	昆布おにぎり 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、ごま昆布 キャベツ、人参、きゅうり、コーン、酢、ねぎ、椎茸、舞茸、えのき、白菜、人参、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 558 乳 467	23.9 20.3
18(金)	おかし 牛乳	炊き込みご飯 カレイの煮つけ 花野菜サラダ 田舎味噌汁 りんご	フレンチトースト風 牛乳	カレイ、生姜、三温糖、みりん、豚肉、じゃが芋、ねぎ、しめじ、葉ねぎ、だし煮干し、だし昆布、味噌、油、豆乳、バター、粉砂糖 カリフラワー、ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、人参、ツナ、醤油、三温糖、酢、オリーブオイル、油揚げ、ごぼう、椎茸	幼 535 乳 502	26.8 24.4
19(土)	おかし 牛乳	チャーハン 鶏と大根の煮物 もやしのスープ パナナ	おかし 牛乳	ねぎ、人参、黄パプリカ、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、醤油、塩 鶏もも、大根、椎茸、だしかつお、だし昆布、三温糖、玉ねぎ、もやし、小松菜	幼 585 乳 544	23.2 21.6
21(月)	おかし 牛乳	ご飯 豆腐のうま煮 みかん 春雨サラダ 蓮根の味噌汁	揚げパン 牛乳	ねぎ、人参、竹の子、椎茸、白菜、小松菜、にんにく、生姜、豚肉、木綿、醤油、塩、片栗粉 春雨、黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、ごま油、酢、三温糖、蓮根、玉ねぎ、舞茸、里芋、ほうれん草、豚肉、だしかつお・昆布、味噌	幼 542 乳 507	25.8 23.7
22(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば かぼちゃサラダ 豆腐のスープ りんご	カレーピラフ 牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、豚ひき、ピーマン かぼちゃ、きゅうり、ブロッコリー、コーン、マヨネーズ、白菜、ねぎ、しめじ、小松菜、豆腐、鶏肉、だしかつお、だし昆布	幼 588 乳 554	23.7 22.0
23(水)		天皇誕生日				
24(木)	果物 牛乳	チーズパン 白身魚のフライ グリーンサラダ ミネストローネ パナナ	ツナおにぎり 牛乳	たら塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ソース、三温糖、だしかつお、だし昆布、醤油、ケチャップ キャベツ、黄パプリカ、きゅうり、ブロッコリー、オリーブオイル、玉ねぎ、人参、カットマト、しめじ、白菜、小松菜、豚肉、ツナ	幼 555 乳 514	27.6 25.1
25(金)	おかし 牛乳	チキンドリア じゃこサラダ ハートスープ デコボン	豆腐ブラウニー 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、にんにく、コーン、パセリ、牛乳、チーズ、小麦粉、油、塩、こしょう、ココア、いちご、BP、豆乳 じゃこ、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、醤油、三温糖、酢、ねぎ、しめじ、キャベツ、小松菜、マカロニ、だしかつお・昆布、バター	幼 628 乳 575	25.0 23.1
26(土)	おかし 牛乳	そばろ丼 おかか和え さつま芋の味噌汁 パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、鶏ひき、生姜、もやし、人参、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 大根、きゅうり、黄パプリカ、かつお節、さつま芋、ねぎ、しめじ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 616 乳 555	24.6 22.6
28(月)	おかし 牛乳	ハヤシライス 大根のサラダ 白菜のスープ いよかん	焼きそば 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく、牛脂、小麦粉、油、塩、ケチャップ、ソース、醤油、塩、三温糖 大根、きゅうり、もやし、しらす、すりごま、酢、ごま油、ねぎ、えのき、コーン、白菜、葉ねぎ、鶏肉、だしかつお、だし昆布、じゃが芋	幼 564 乳 525	25.6 23.6

※ 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ください。

	基準値	幼児	592	25.2	平均値	幼	572	25.4
		乳児	520	22.1		乳	529	23.3