

2月 予定献立表

令和6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)	たんぱく 質(g)	
1(木)	果物 牛乳	ごまロール 豆腐ハンバーグ フレンチサラダ コーンスープ パナナ	中華おこわ 牛乳	木綿、鶏ひき、玉ねぎ、人参、ゼラチン、塩、こしょう、パン粉、豆乳、ケチャップ、ソース、三温糖 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、酢、オリーブオイル、ねぎ、大根、えのき、コーン、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 551 乳 497	24.7 22.1	
2(金)	おかし 牛乳	鬼ご飯 骨つきチキンのゲリル(0・1歳は鶏もも) 大豆の五目煮 つみれ汁 いちご	鬼まんじゅう・お菓子 牛乳	かつお節、ねり梅、パプリカ、鶏手羽中、ごま、醤油、みりん、大豆、人参、いんげん、大根、蓮根、三温糖 ねぎ、白菜、舞茸、いわしすり身、小松菜、生姜、だしかつお、だし昆布、片栗粉、小麦粉、BP、豆乳、さつま芋、こしあん	幼 617 乳 541	30.1 25.5	
3(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 おかか和え チンゲン菜のスープ 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、黄パプリカ、かつお節、ねぎ、白菜、椎茸、チンゲンサイ、だしかつお、だし昆布	幼 584 乳 521	25.9 22.8	
5(月)	おかし 牛乳	ゆかりご飯 カレイの煮つけ みかん ひじきのマヨサラダ 里芋の味噌汁	マカロニ洋風煮 牛乳	カレイ、生姜、醤油、三温糖、みりん、ひじき、大根、きゅうり、コーン、ささ身、マヨネーズ、すりごま 豚肉、里芋、人参、玉ねぎ、しめじ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、ピーマン、豚ひき	幼 523 乳 472	27.4 23.9	
6(火)	果物 牛乳	豆乳担々麺 肉じゃが じゃこサラダ りんご	鮭おにぎり 牛乳	豚ひき、ねぎ、竹の子、にんにく、生姜、青梗菜、干し椎茸、厚揚げ、豆乳、すりごま、ねりごま、だしかつお、だし昆布、味噌 ごま油、じゃが芋、玉ねぎ、人参、白滝、いんげん、豚肉、醤油、三温糖、じゃこ、キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、酢、油、鮭	幼 610 乳 549	30.0 25.9	
7(水)	おかし 牛乳	ツナご飯 生姜焼き みかん キャベツのレモンサラダ 油揚げの味噌汁	ジャムトースト 牛乳	ツナ、塩昆布、しめじ、豚肩ロース、玉ねぎ、りんご、生姜、酒、三温糖、みりん、醤油、片栗粉、油、いちごジャム キャベツ、きゅうり、ごま、レモン汁、オリーブオイル、人参、ねぎ、葉ねぎ、かぶ、油揚げ、だし煮干し、だし昆布、味噌	幼 534 乳 485	22.1 20.3	
8(木)	果物 牛乳	バターロール 鶏のグラタンチーズ焼き 切干大根のサラダ かぼちゃスープ パナナ	カレーピラフ 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、生姜、にんにく、牛乳、パセリ、チーズ、小麦粉、油、塩、胡椒、ピーマン、カレー粉、豚ひき 切干大根、人参、きゅうり、コーン、醤油、三温糖、酢、ごま油、かぼちゃ、ねぎ、しめじ、ほうれん草、だしかつお、だし昆布	幼 575 乳 510	24.6 21.8	
9(金)	おかし 牛乳	ご飯 鮭のねぎ塩焼き ほうれん草の胡麻和え 豚汁 いちご	小豆蒸しパン 牛乳	鮭、ねぎ、にんにく、生姜、ごま油、塩、醤油、みりん、片栗粉、ほうれん草、きゅうり、もやし、ごま、すりごま、三温糖 玉ねぎ、人参、里芋、ごぼう、葉ねぎ、舞茸、大根、豚ばら、木綿、だし煮干し、だし昆布、味噌、小麦粉、小豆、豆腐、豆乳、	幼 552 乳 491	27.5 24.0	
10(土)	おかし 牛乳	チャーハン 白菜のうま煮 もやしのスープ パナナ	おかし 牛乳	ねぎ、コーン、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、白菜、玉ねぎ、椎茸、豚肉、にんにく、三温糖、片栗粉 もやし、人参、玉ねぎ、チンゲン菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	幼 601 乳 534	26.6 23.3	
12(月)		振替休日					
13(火)	果物 牛乳	カレーうどん 鶏とさつま芋の煮物 しょうゆフレンチ パナナ	ツナおにぎり 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、油揚げ、小松菜、にんにく、生姜、だしかつお、だし昆布、塩、カレー粉、小麦粉 さつま芋、鶏もも、大根、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、油、キャベツ、きゅうり、コーン、酢、ツナ	幼 596 乳 522	25.4 22.2	
14(水)	おかし 牛乳	ハヤシライス 花野菜サラダ ほうれん草のスープ いちご	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、牛乳、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、醤油、塩、三温糖、キャベツ カリフラワー、ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、ツナ、酢、オリーブオイル、ねぎ、大根、しめじ、ほうれん草、だしかつお、昆布、もやし	幼 544 乳 486	24.9 22.1	
15(木)	果物 牛乳	さつま芋パン コロッケ 春雨サラダ キャベツのスープ みかん	バナナケーキ 牛乳	じゃが芋、人参、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、バナナ、豆乳、BP 春雨、黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、ごま油、醤油、酢、ねぎ、椎茸、キャベツ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 637 乳 567	22.3 20.0	
16(金)	おかし 牛乳	ご飯 ぶり大根 かぶとコーンのサラダ 厚揚げの味噌汁 りんご	黒糖トースト 牛乳	ぶり、大根、生姜、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、みりん、酒、かぶ、コーン、きゅうり、ブロッコリー 油、塩、酢、ねぎ、人参、厚揚げ、えのき、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、マーガリン、黒糖	幼 537 乳 493	23.8 21.7	
17(土)	おかし 牛乳	そばろ丼 酢の物 えのきの味噌汁 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、油、片栗粉 きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、わかめ、酢、えのき、大根、ねぎ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 606 乳 550	24.5 22.0	
19(月)	おかし 牛乳	納豆ご飯 鶏の香味焼き ツナマヨサラダ 鮭の味噌汁 みかん	きな粉蒸しパン 牛乳	納豆、小松菜、たくあん、鶏もも、ねぎ、生姜、醤油、砂糖、みりん、ツナ、大根、人参、きゅうり、コーン マヨネーズ、鮭、玉ねぎ、キャベツ、えのき、ほうれん草、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、きな粉、豆乳	幼 615 乳 540	24.5 21.7	
20(火)	おかし 牛乳	ミートソーススパゲティ バリバリサラダ 白菜のスープ いちご	フルーツサンド 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、カットマト、トマトピューレ、にんにく、チーズ、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、みかん キャベツ、きゅうり、コーン、鶏ささ身、餃子の皮、醤油、酢、ごま油、ねぎ、白菜、葉ねぎ、えのき、だしかつお、昆布、生クリーム、バナ	幼 643 乳 559	24.7 21.8	
21(水)	おかし 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 昆布和え トマトと大根のスープ りんご	鶏塩うどん 牛乳	玉ねぎ、人参、にら、生姜、にんにく、豚ひき、木綿、ごま油、醤油、味噌、三温糖、塩、片栗粉、キャベツ、黄パプリカ きゅうり、塩昆布、ねぎ、人参、トマト、大根、しめじ、小松菜、豚肉、だしかつお、だし昆布、油、鶏もも、ほうれん草	幼 522 乳 472	24.3 21.5	
22(木)	果物 牛乳	胚芽ロール 白身魚のフライ パナナ 大根のシャキシャキサラダ ポタージュスープ	おかかおにぎり 牛乳	たら、酒、こしょう、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ソース、三温糖、大根、きゅうり、人参、もやし、しらす すりごま、酢、醤油、ごま油、じゃが芋、玉ねぎ、ほうれん草、鶏肉、しめじ、牛乳、にんにく、しょうが、塩、かつお節	幼 586 乳 518	27.0 23.6	
23(金)		天皇誕生日					
24(土)	おかし 牛乳	鶏肉丼 甘酢和え わかめの味噌汁 パナナ	おかし 牛乳	鶏もも、椎茸、玉ねぎ、葉ねぎ、きざみ海苔、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、塩 大根、きゅうり、黄パプリカ、酢、人参、わかめ、キャベツ、味噌	幼 604 乳 537	24.4 21.7	
26(月)	おかし 牛乳	チキンカレー ブロッコリーのしらす和え さつま芋のスープ りんご	ジャージャー麺 牛乳	鶏もも、にんにく、生姜、人参、玉ねぎ、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、ブロッコリー きゅうり、黄パプリカ、しらす、ごま油、さつま芋、ねぎ、えのき、小松菜、だしかつお、昆布、醤油、豚ひき、竹の子、味噌	幼 606 乳 536	26.0 22.8	
27(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば 野菜の海苔和え 豆腐入り華風スープ みかん	ケチャップライス 牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、白菜、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、塩、ごま油、片栗粉、きゅうり、キャベツ 黄パプリカ、もやし、もみり、三温糖、酢、醤油、ねぎ、えのき、豚ひき、木綿、葉ねぎ、だしかつお、昆布、鶏肉、ピーマ	幼 536 乳 493	24.8 22.0	
28(水)	おかし 牛乳	ご飯 鱈の西京焼き パナナ ささ身のマヨサラダ かぼちゃの味噌汁	コーンクリーム トースト 牛乳	鱈、生姜、味噌、三温糖、酒、みりん、きゅうり、ブロッコリー、黄パプリカ、ささみ、マヨネーズ、醤油 かぼちゃ、人参、ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌、クリームコーン缶、パセリ粉	幼 523 乳 475	27.4 23.9	
29(木)	果物 牛乳	レーズンロール バジルチキン 野菜の胡麻味噌和え 春雨スープ いちご	ゆかりおにぎり 牛乳	鶏もも、生姜、バジル粉、オリーブオイル、酒、塩、胡椒、レモン汁、じゃが芋、人参、黄パプリカ、ブロッコリー すりごま、いりごま、味噌、三温糖、油、春雨、ねぎ、えのき、ほうれん草、鶏ひき、だしかつお、だし昆布、醤油、ごま油	幼 538 乳 475	23.5 20.9	

※ 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	579	24.6	平均値	幼	575	25.5
	乳児	473	20.1		乳	514	22.5