

2月

給食目標：節分の行事食を知る

令和6年度 わかくさ保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前				
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
1 ／ 土	きつねうどん 野菜ジュース ゼリー	うどん／ゼリー／ビス ケット／せんべい	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 糖)／鶏肉もも／油揚 げ／牛乳	ほうれん草／人参／ねぎ／ 野菜ジュース	ビスケット、せんべい 牛乳 飲むヨーグルト	18 ／ 火	きつねうどん ポテトサラダ ゼリー	うどん／じゃがいも／ マヨネーズ／ゼリー／ 精白米／ごま油	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 鶏肉もも／油揚げ／脱 脂粉乳／ハム	ほうれん草／人参／ねぎ／ きゅうり／スイートコーン	五目チャーハン 麦茶 飲むヨーグルト				
3 ／ 月	大豆入りご飯 鮭の寒こうじ焼き 茹で野菜の胡麻味噌だれ けんちん汁 果物(りんご)	精白米／じゃがいも／ ごま／さといも／ごま 油／食パン／オリーブ 油／三温糖	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ かつお節／水煮大豆／ さけ／みそ／木綿豆腐 ／鶏肝臓／プロセス チーズ／牛乳	人参／こまつな／ごぼう／ だいこん根／れんこん／ りんご	レバーチーズトースト 牛乳 飲むヨーグルト	19 ／ 水	麦入りご飯 豚肉のマーマレード焼き 人参とツナの炒め物 そうめんのすまし汁	精白米／押麦／調合油 ／そうめん／スパゲ ティ／三温糖	豚肉肩ロース／ツナ缶／ きな粉／脱脂粉乳／牛 乳	りんご(ストレートジュース)／ママ レードジャム／人参／こねぎ／ パセリ	マカロニきな粉 牛乳 りんごジュース				
4 ／ 火	ご飯 小魚ふりかけ 厚揚げのそぼろ煮 切干大根の煮物 じゃがいもの味噌汁	精白米／三温糖／ごま ／調合油／かたくり粉 ／じゃがいも	牛乳／煮干し／生揚げ ／鶏肉ひき肉／油揚げ ／わかめ／みそ／ツナ 缶／高野豆腐	しょうが／玉葱／人参／さ やいんげん／こまつな／切 干しだいこん	ツナおむすび 麦茶 牛乳	20 ／ 木	麦入りご飯 鮭の寒こうじ焼き ネバネバ和え ほうれん草の味噌汁 果物(りんご)	精白米／押麦／マヨ ネーズ／ビスケット／ せんべい	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 牛乳／さけ／挽きわり 納豆／みそ	にら／もやし／人参／キャ ベツ／ほうれん草／ねぎ／ りんご	ビスケット、せんべい 牛乳 飲むヨーグルト				
5 ／ 水	麦入りご飯 牛肉の甘味噌炒め ほうれん草のおかか和え 豆腐の和風スープ ゼリー	精白米／押麦／三温糖 ／調合油／あまに油／ ゼリー／ごま	牛乳／和牛肩／みそ／ かつお節／絹ごし豆腐 ／煮干し	人参／もやし／ほうれん草 ／チンゲンサイ	塩おむすび 麦茶 幼児：カリカリ小魚 牛乳	21 ／ 金	麻婆丼 ひじきサラダ 白菜のスープ ヨーグルト	精白米／押麦／三温糖 ／ごま油／かたくり粉 ／調合油／ホットケー キの素／バター／薄力 粉	ヨーグルト／木綿豆腐／豚 ひき肉／みそ／干ひじ き／ツナ缶／豆乳／牛 乳	ねぎ／玉葱／さやいんげん ／しょうが／赤ピーマン／ きゅうり／切干しだいこん ／白菜／人参	ホットケーキ 牛乳 牛乳				
6 ／ 木	麦入りご飯 ※ゆかり ぶりの照り焼き 小松菜の磯和え 白菜の味噌汁 果物(りんご)	精白米／三温糖／あま に油／コッペパン／マ ヨネーズ／押麦	牛乳／ぶり／あおのり ／みそ／ヨーグルト(ドリン クタイプ)	ゆかり／だいこん根／こま つな／白菜／人参／ねぎ ／りんご／キャベツ／きゅう り／スイートコーン	コールスローサンド 牛乳 飲むヨーグルト	22 ／ 土	カレーライス 野菜ジュース (人参) ゼリー	精白米／押麦／じゃが いも／調合油／ゼリー ／ビスケット／せんべ い	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 豚ひき肉／豆乳／牛乳	玉葱／人参／パセリ／野菜 ジュース	ビスケット、せんべい 牛乳 飲むヨーグルト				
7 ／ 金	カレーライス カミカミサラダ 飲むヨーグルト	精白米／押麦／じゃが いも／調合油／三温糖 ／あまに油／ゼリー／ ロールパン	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 豚ひき肉／豆乳／刻み 昆布／しらす干し／牛 乳	りんご(ストレートジュース)／玉 葱／人参／切干しだいこん	スナックパン 牛乳 りんごジュース	25 ／ 火	ご飯 ※ゆかり ぶり大根 筑前煮 じゃがいもの味噌汁 ゼリー	精白米／押麦／三温糖 ／さといも／じゃがい も／ゼリー／調合油／ 薄力粉／バター	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ ぶり／鶏肉もも／わか め／みそ／おから(乾 燥)／豆乳／牛乳	ゆかり／だいこん根／人参 ／れんこん／ごぼう／さや いんげん／玉葱／バナナ	バナナブレッド 牛乳 飲むヨーグルト				
8 ／ 土	肉うどん 野菜ジュース ゼリー	うどん／三温糖／調合 油／ゼリー／ビスケッ ト／せんべい	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 和牛肩／牛乳	ほうれん草／ねぎ／人参／ 野菜ジュース	ビスケット、せんべい 牛乳 飲むヨーグルト	26 ／ 水	麦入りご飯 千草卵焼き 小松菜のごま和え 麩のすまし汁 ヨーグルト	精白米／押麦／調合油 ／ごま／三温糖／あま に油／麩	鶏卵／鶏肉もも／脱脂 粉乳／わかめ／ヨーグ ルト／油揚げ	りんご(ストレートジュース)／人参 ／玉葱／青ピーマン／ぶな しめじ／こまつな	いなりずし 麦茶 りんごジュース				
10 ／ 月	麦入りご飯 鮭の味噌マヨ焼き 切干大根のバターソテー かぼちゃのスープ ヨーグルト	精白米／押麦／三温糖 ／マヨネーズ／バター ／食パン／さつまいも ／	牛乳／さけ／みそ／ ベーコン／ヨーグルト	人参／切干しだいこん／ほ うれん草／玉葱／かぼちゃ ／パセリ	いもジャムサンド 牛乳 牛乳	27 ／ 木	麦入りご飯 鮭のチーズ焼き 牛肉入りきんぴら スープ (カリフラワー) 果物(りんご)	精白米／押麦／マヨ ネーズ／調合油／ごま 油／三温糖／コッペパ ン	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 牛乳／さけ／プロセス チーズ／牛ひき肉／鶏 卵	玉葱／ぶなしめじ／パセリ ／ごぼう／人参／ほうれん 草／カリフラワー／りんご	ふわふわエッグサンド 牛乳 飲むヨーグルト				
12 ／ 水	麦入りご飯 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ そうめんの味噌汁	精白米／押麦／パン粉 ／調合油／マヨネーズ ／ごま／そうめん／食 パン／三温糖／バター ／粉糖	木綿豆腐／豚ひき肉／ 干ひじき／みそ／鶏卵 ／豆乳／牛乳	りんご(ストレートジュース)／玉 葱／ごぼう／人参／きゅう り／こねぎ／いちご／パセ リ	豆乳フレンチトースト 牛乳 りんごジュース	28 ／ 金	肉うどん ほうれん草の白和え ヨーグルト	うどん／三温糖／調合 油／ごま／精白米	和牛肩／木綿豆腐／脱 脂粉乳／ヨーグルト	ほうれん草／ねぎ／人参／ もやし	青菜おむすび 麦茶 牛乳				
13 ／ 木	さばそぼろ丼 ぬか漬け 春雨サラダ 湯葉のすまし汁 果物(りんご)	精白米／押麦／三温糖 ／調合油／春雨／ごま 油／あまに油／ごま	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ まさば／みそ／ロース ハム／湯葉／プロセス チーズ／かつお節	玉葱／人参／しょうが／梅 干し／きゅうり (ぬかみそ 漬)／きゅうり／こねぎ／ りんご	チーズおかかおむすび 麦茶 飲むヨーグルト										
14 ／ 金	けんちんうどん じゃがいものチーズ焼き ヨーグルト	うどん／調合油／じゃ がいも／三温糖／精白 米／ごま	牛乳／鶏肉もも／木綿 豆腐／ツナ缶／脱脂粉 乳／プロセスチーズ／ ヨーグルト／鮭フレー ク	だいこん根／人参／ねぎ／ ごぼう／スイートコーン／パセリ	鮭おむすび 麦茶 牛乳										
15 ／ 土	ハヤシライス 野菜ジュース ゼリー	精白米／押麦／調合油 ／ゼリー／ビスケット ／せんべい	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ 和牛肩／牛乳	玉葱／人参／マッシュルー ム／野菜ジュース／パセリ	ビスケット、せんべい 牛乳 飲むヨーグルト										
17 ／ 月	麦入りご飯 たらこの甘酢あんかけ 具だくさんきんぴら 麩のすまし汁	精白米／押麦／調合油 ／かたくり粉／三温糖 ／はちみつ／さつまい も／ごま油／麩／ロー ルパン	牛乳／まだら	れんこん／人参／ごぼう／ かぼちゃ／こまつな	スナックパン 牛乳 牛乳										
◇ 都合により献立を変更する場合があります ◇ 1、2歳児おやつ(午前)：牛乳・飲むヨーグルト・りんごジュースのいずれか1種類						月 平 均 栄 養 価 (3歳以上児)						エネルギー 脂 質	537 kcal 16.6 g	タンパク質 食塩相当量	21.0 g 1.6 g

◇ 都合により献立を変更する場合があります

◇ 1、2歳児おやつ(午前)：牛乳・飲むヨーグルト・りんごジュースのいずれか1種類