



## 2月 給食献立表



2024年

3歳以上児

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	エネルギーー たんぱく質
1	木	豚肉と干大根の煮物 洋風厚焼き卵 オレンジ	粉乳 ★きな粉トースト	豚もも・厚揚げ・高野豆腐 蒸しかまぼこ・鶏ひき肉・鶏卵 普通牛乳・脱脂粉乳・さな粉	三温糖・大豆油・食パン・無塩バター	切干し大いこん・にんじん・たまねぎ さやいんげん・えのきだけ・生しいたけ フロッコリー・パレンシアオレンジ	450kcal 27.1g
2	金	白身魚のフリット 赤大根の酢の物 ミニトマト もぐと豆腐のスープ りんごゼリー	粉乳 ★かぼちゃケーキ	まだい・蒸しかまぼこ・鶏卵 絹ごし豆腐・脱脂粉乳 カルダム牛乳	薄力粉・水・大豆油・三温糖・ごま すりおろしりんごゼリー 無塩バター・ホットケーキミックス	大根・きゅうり・わかめ・りんごとうもやし 和種なはな・ミニトマト・おきなわももずく トウモロ・西洋かぼちゃ・西洋かぼちゃ	477kcal 24.5g
3	土	ポークカレー フルーツ和え 福神漬け	牛乳 塩せん	豚もも・豚ひき肉・普通牛乳	じゃがいも・大豆油 ビーチあわせるゼリー カクテルゼリー・塩せんべい	にんじん・たまねぎ・グリーンピース 青ビーマン・西洋かぼちゃ・フロッコリー パナナ・きんかん・みかん缶詰・もも缶詰 りんご・ハイアップル缶詰・福神漬	467kcal 17.6g
5	月	豚汁 春巻き オレンジ	粉乳 プリン	豚もも・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳	さといも・じゃがいも・大豆油・春巻き 豆乳プリン	大根・にんじん・たまねぎ・ごねぎ・ごぼう ほんめじ・りんごとうもやし パレンシアオレンジ	441kcal 21.4g
6	火	とり天 ちくわとひじきの炒り豆腐 ミニトマト りんごゼリー ミネストローネスープ	粉乳 ★チーズスカラップ	鶏むね・木綿豆腐・焼さ竹輪 ベーコン・脱脂粉乳 パルメザンチーズ・鶏卵	薄力粉・大豆油・三温糖 すりおろしりんごゼリー じゃがいも・マカロニ 無塩バター	ほしはじき・生しいたけ・にんじん たまねぎ・和種なはな・ミニトマト カナフライワード	464kcal 30.4g
7	水	ぶりの香味焼き 春雨の酢の物 大根とらのスープ パイン缶	粉乳 ★フレンチトースト	ぶり・蒸しかまぼこ・鶏卵・豚ひき肉 脱脂粉乳・カルダム牛乳	ごま油・緑豆はるさめ・三温糖・ごま 食パン・無塩バター	しょうが・大根・にんじん・りんごとうもやし ごまつな・さんかん・パインアップル缶詰 にら	456kcal 26.4g
8	木	チャーシューメン 菜の花の納豆和え オレンジ	粉乳 ★フルーツクレープ	豚かたロース・鶏卵・糸引き納豆 しらす干し・脱脂粉乳・ホイップクリーム	中華めん・三温糖・大豆油・ごま・ごま油 クレープシート	しょうが・にんにく・りんごとうもやし・にんじん キャベツ・たまねぎ・ごねぎ・スイートコーン缶詰 ごまつな・和種なはな・パレンシアオレンジ きんかん・パナナ	468kcal 27.2g
9	金	さき焼き風煮 いわし揚げ りんご	粉乳 ★ツナコーンパン	豚もも・焼豆腐・さつま揚げ 脱脂粉乳・鶏卵・カルダム牛乳 まぐろ缶詰	うどん・三温糖・大豆油・ホットケーキミックス	はくさい・にんじん・えのきだけ・椎深ねぎ ごまつな・たまねぎ・りんご・スイートコーン	429kcal 25.4g
10	土	チャーフィエ 豆腐としめじのスープ パナナ	牛乳 カスタードたい焼き	鶏卵・豚もも・木綿豆腐・しづくえび こうじか・あさり缶詰・煮干し 普通牛乳	緑豆はるさめ・大豆油・三温糖・ごま ミニたけ・焼きカステード	にんじん・キャベツ・青ビーマン・ごまつな たまねぎ・生しいたけ・ほんめじ・ごねぎ パナナ	469kcal 20.8g
13	火	鶏のから揚げ スパゲティー(醤油) ミニトマト きんかん 韓国風スープ	麦茶 ★海おにぎり ★揚げりこ	鶏もも・豚もも・厚揚げ・さくらえび かつお削り節・煮干し	かたくり粉・大豆油・スパゲッティ ごま・ごま油・米	しょうが・にんにく・ぶなめし・たまねぎ にんじん・青ビーマン・ミニトマト・きんかん 味付けのりトウモロ・わかめ	453kcal 21.4g
14	水	魚の甘味噌かけ マヨポンサラダ もぐと厚揚げのスープ パイン缶	粉乳 ★三角チョコパイ	まだい・麦みそ・まぐろ缶詰・鶏卵 厚揚げ・煮干し・脱脂粉乳	かたくり粉・大豆油・三温糖・ごま油 ごま・パイ皮・ミルクチョコレート グラニユ糖	葉ねぎ・切干し大いこん・りんごとうもやし ごまつな・さんかん・にんじん パインアップル缶詰・おきなわもぐと トウモロ	466kcal 26.1g
15	木	＜お誕生会＞ 鬼っこライス 鶏肉のやわらか照りつけ リーフレタス ミニトマト いちご わかめとえのきのスープ	麦茶 ロールケーキ(いちご)	豚ひき肉・ウインナー・焼き竹輪 豚もも・鶏もも・煮干し	大豆油・中華めん・三温糖・かたくり粉 水・ショートケーキ	にんじん・たまねぎ・のりのつくだ煮 味付けのり・キャベツ・しょうが・リーフレタス ミニトマト・いちご・わかめ・ごねぎ えのきだけ・はくさい	
16	金	なかよし汁 ももゼリー	粉乳 ★クロックムッシュ	豚もも・油揚げ・蒸しかまぼこ・鶏卵 しょうが・脱脂粉乳・ロースハム プロセスチーズ・カルダム牛乳	大豆油 すりおろしゼリー・ビーチ 食パン・三温糖	大根・にんじん・ごまつな・たまねぎ・ごぼう 西洋かぼちゃ	470kcal 28.1g
17	土	筑前煮 ミニトマートマソース オレンジ	牛乳 ココアワッフル	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ・普通牛乳	さといも・大豆油・車輪 ココアワッフル	にんじん・さやいんげん・生しいたけ・大根 ごぼう・パレンシアオレンジ	445kcal 21.7g
19	月	田舎風みそ汁 大豆とじゃこの大ぶり パナナ	元気ヨーグルト バームクーヘン	豚もも・厚揚げ・さつま揚げ・麦みそ だいだい・しらす干し	さといも・じゃがいも・大豆油・活力粉 水・三温糖・元気ヨーグルト バームクーヘン	大根・にんじん・たまねぎ・ごねぎ・ごぼう えのきだけ・ほんめじ・トウモロ・パナナ	463kcal 21.1g
20	火	白身魚のミラ/風 ごまつなサラダ 南瓜と豆腐のみぞ汁 パイン缶	粉乳 ★スイートポテト	まだい・鶏卵・パルメザンチーズ まぐろ缶詰・絹ごし豆腐・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳 カルダム牛乳・クリーム・鶏卵	薄力粉・パン粉・ごま・三温糖 さといも・無塩バター	パセリ・ごまつな・りんごとうもやし・にんじん きゅうり・パインアップル缶詰 西洋かぼちゃ・わかめ・ごねぎ	466kcal 27.7g
21	水	【お別れ遠足】					
22	木	麻婆豆腐 納豆 りんご	粉乳 ★ココアラスク	豚ひき肉・絹ごし豆腐・麦みそ 糸引き納豆・脱脂粉乳	三温糖・かたくり粉・大豆油・食パン 無塩バター	にんじん・たまねぎ・だけのこ・生しいたけ ごねぎ・ごまつな・グリーンピース・りんご	465kcal 26.4g
24	土	焼きうどん お魚ふりかけ 冬のあったか汁	牛乳 豆乳プリンタルト	豚もも・蒸しかまぼこ・木綿豆腐 麦みそ・普通牛乳	うどん・大豆油・かたくり粉 豆乳プリンタルト	たまねぎ・キャベツ・にんじん・青ビーマン ごまつな・あわのり・大根・西洋かぼちゃ ごねぎ・しょうが	439kcal 16.6g
26	月	豚肉と野菜の味噌煮 岩石揚げ オレンジ	ヤクルト ★ココアスープボール	豚もも・厚揚げ・高野豆腐 うづら卵・煮缶詰・蒸しかまぼこ 麦みそ・だいだい・水煮缶詰・鶏卵	じゃがいも・三温糖・大豆油・活力粉 ヤクルト・無塩バター・アーモンド 粉糖	にんじん・大根・ごぼう・さやいんげん ほしはじき・西洋かぼちゃ パレンシアオレンジ	469kcal 18.5g
27	火	ナポリタンスパゲッティ 野菜のカレースープ 海苔佃煮	粉乳 ★いちごメロンパントースト	豚もも・カルダム牛乳・豚ひき肉 脱脂粉乳	スパゲッティ・食パン・三温糖 活力粉・無塩バター・いちごジャム	たまねぎ・ごまつな・青ビーマン 生しいたけ・にんじん・ほんめじ えのきだけ・西洋かぼちゃ・大根・トウモロ のりのつくだ煮	474kcal 21.9g
28	水	さひなごの風味揚げ ひじきサラダ りんごゼリー 里芋とわかめの味噌汁	粉乳 ★pokeモンブискート	さひなご・鶏むね・絹ごし豆腐 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳・鶏卵	ごま油・かたくり粉・大豆油・三温糖 すりおろしゼリー・さといも 薄力粉・アーモンド・無塩バター	しょうが・ほしはじき・きゅうり・ごまつな にんじん・りんごとうもやし・スイートコーン缶詰 ミニトマト・わかめ・えのきだけ・葉ねぎ	433kcal 23.8g
29	木	カントリースープ 鶏ひき肉のみぞ焼き パナナ	粉乳 ★カッफマフィンショコラ	豚もも・ベーコン・油揚げ・豚ひき肉 鶏卵・麦みそ・脱脂粉乳・ホイップクリーム	じゃがいも・大豆油・パン粉・三温糖 ごま・ミニカッफマフィン ペルギーチョコホイップ・チココスフレー	にんじん・大根・たまねぎ・キャベツ 葉ねぎ・ごまつな・ぶなめし・ごねぎ パナナ	465kcal 22.5g

## &lt;お知らせ&gt;

3日（土）・災害体験の日 おにぎり作り（たんぽぽ、すみれ組はおにぎり作りをします。エプロン、パンダナ、マスク、空のお弁当を持たせてください。）  
ひまわり親子クッキング③～ナン＆カレー作り8日（木）・うめ おやつ作り（フルーチェ）  
15日（木）・お誕生会 ～たんぽぽ、すみれ、ひまわりさんは、お米を0.5合持たせてください。16日（金）・災害食（アルファー化米？）を食べてみよう。おにぎり作り（たんぽぽ、すみれ、ひまわり組はおにぎり作りをします。エプロン、パンダナ、マスク、空の弁当箱を持たせてください。）  
すみれ おやつ作り（焼きチーズカレーパン）

19日（月）・たんぽぽ おやつ作り（パリパリピザ）

21日（水）・お別れ遠足 ～おかず付きお弁当を持たせてください。おやつは、園で準備します。

