



2月 献立表



令和6年

誓和保育園

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 木	りんご 麦茶	ご飯 さわらの照り焼き 小松菜の煮浸し チーズ 麦茶	お豆腐ドーナツ りんごジュース	さわら 油揚げ チーズ 絹ごし豆腐 鶏卵	米 キャノーラ油 砂糖 薄力粉 無塩バター	りんご 小松菜 しらたき 人参 りんごジュース	麦茶 水 万能つゆ みりん風調味料 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
2 金	りんご 麦茶	【節分】わかめご飯 おにぎりハンバーグ いよかん 麦茶	さつま芋スティック ヨーグルト 麦茶	豚肉 木綿豆腐 ウインナー ヨーグルト	米 パン粉 蒸し中華麺 キャノーラ油 砂糖 さつま芋 無塩バター ごま	りんご わかめご飯の素 玉ねぎ コーン プロッコリー いよかん	麦茶 水 塩 中濃ソース トマトケチャップ
3 土		スバゲティナポリタン 花野菜サラダ チーズ オレンジ 麦茶	アンパンマンせんべい 麦茶	ウインナー チーズ	スバゲティ キャノーラ油 砂糖 せんべい	玉ねぎ ビーマン プロッコリー カリフラワー キャベツ オレンジ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 殺菌酢 麦茶 水
5 月	バナナ 麦茶	肉野菜炒め丼 白菜の海苔和え りんご 麦茶	ぼたぼた焼き ヨーグルト 麦茶	豚肉 ヨーグルト	米 キャノーラ油 砂糖 せんべい	バナナ 玉ねぎ 人参 グリンピース 白菜 きゅうり 焼きのり りんご	麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩
6 火	りんご 麦茶	ご飯 さばフライ 人参ドレッシングサラダ いよかん 麦茶	ぶどうゼリー 麦茶	さば	米 薄力粉 パン粉 キャノーラ油 片栗粉 砂糖	りんご プロッコリー もやし コーン いよかん ぶどうジュース アガー	麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース 人参ドレッシング
7 水	りんご 麦茶	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き 納豆和え チーズ 麦茶	フルーツパン ヨーグルト 麦茶	鶏肉 納豆 チーズ ヨーグルト	米 塩こうじ フルーツパン 砂糖	りんご キャベツ 人参 小松菜	麦茶 水 こいくちしょうゆ
8 木	りんご 麦茶	天津飯 中華スープ 春雨とハムの野菜炒め バナナ 麦茶	マカロニきな粉 りんごジュース	鶏肉 木綿豆腐 ロースハム きな粉	米 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 キャノーラ油 マカロニ	りんご 干しいたけ 長ねぎ 人参 グリンピース 白菜 ほうれん草 玉ねぎ には バナナ りんごジュース	麦茶 水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 殺菌酢
9 金	りんご 麦茶	【カレーバイキング】 麦ご飯 チキンカレー ハヤシライス 切干大根のサラダ オレンジ 麦茶	【初午いなり】いなりご飯 ヨーグルト 麦茶	鶏肉 油揚げ ヨーグルト	米 押し麦 じゃが芋 キャノーラ油 砂糖 ごま油 ごま	りんご 玉ねぎ 人参 切干大根 チンゲン菜 バプリカ オレンジ 干しいたけ さやいんげん	麦茶 水 カレールウ 殺菌酢 こいくちしょうゆ 塩 みりん風調味料
10 土		具沢山うどん さつま芋のレモン煮 チーズ バナナ 麦茶	ソフトサラダ 麦茶	鶏肉 油揚げ チーズ	うどん 砂糖 さつま芋 せんべい	白菜 人参 干しいたけ 昆布 ほうれん草 レモン バナナ	水 料理酒 みりん風調味料 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
13 火	りんご 麦茶	ご飯 親子煮 キャベツのおかか和え チーズ 麦茶	ピーチゼリー 麦茶	鶏肉 鶏卵 かつお節 チーズ	米 キャノーラ油 砂糖	りんご 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり アガー 黄桃缶	麦茶 水 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ
14 水	バナナ 麦茶	チャーハン ビーフシユープ もやしとコーンのサラダ りんご 麦茶	ハートのココアクッキー ヨーグルト 麦茶	豚肉 鶏卵 ヨーグルト	米 キャノーラ油 ごま油 ピーファン ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 薄力粉	バナナ 玉ねぎ ビーマン 人参 しめじ には もやし 白菜 コーン りんご	麦茶 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 ココア
15 木	りんご 麦茶	ご飯 あじの蒲焼き 小松菜の炒め物 バナナ 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー りんごジュース	あじ	米 薄力粉 片栗粉 キャノーラ油 ごま油 クラッカー マシュマロ	りんご 小松菜 玉ねぎ 人参 バナナ りんごジュース	麦茶 水 万能つゆ こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒
16 金	りんご 麦茶	スバゲティナポリタン 花野菜サラダ オレンジ 麦茶	ボンデケーキ ヨーグルト 麦茶	ウインナー チーズ 牛乳 ヨーグルト	スバゲティ キャノーラ油 砂糖 じゃが芋 片栗粉 薄力粉	りんご 玉ねぎ ビーマン プロッコリー カリフラワー キャベツ オレンジ	麦茶 水 トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 殺菌酢
17 土		具沢山うどん さつま芋のレモン煮 チーズ バナナ 麦茶	星たべよ 麦茶	鶏肉 油揚げ チーズ	うどん 砂糖 さつま芋 せんべい	白菜 人参 干しいたけ 昆布 ほうれん草 レモン バナナ	水 料理酒 みりん風調味料 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
19 月	バナナ 麦茶	【雨水】大根ご飯 たらの味噌焼き なめたけ和え チーズ 麦茶	マリービスケット ヨーグルト 麦茶	油揚げ またら 味噌 チーズ ヨーグルト	米 砂糖 ビスケット	バナナ 大根 人参 干しいたけ 白菜 小松菜 なめ茸	麦茶 水 料理酒 万能つゆ 塩 みりん風調味料 こいくちしょうゆ
20 火	りんご 麦茶	丸パン タンドリーチキン ジャーマンポテト オレンジ 麦茶	青りんごゼリー 麦茶	鶏肉 ヨーグルト ベーコン	丸パン じゃが芋 キャノーラ油 砂糖	りんご 玉ねぎ バセリ オレンジ りんごジュース アガー	麦茶 水 塩 トマトケチャップ カレー粉 チキンスープの素
21 水	りんご 麦茶	ご飯 豚肉のうま煮 キャベツのマヨ和え いちご 麦茶	ジャムパンケーキ ヨーグルト 麦茶	豚肉 ヨーグルト	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 キャノーラ油 ブルーベリージャム	りんご 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり いちご	麦茶 水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 ベーキングパウダー
22 木	りんご 麦茶	玄米入りご飯 すまし汁 【給食の鉄人】鶏肉のかぶ味噌みぞれあん 甘酢和え バナナ 麦茶	マフィン りんごジュース	高野豆腐 鶏肉 味噌 鶏卵 牛乳	米 玄米 砂糖 片栗粉 無塩バター 薄力粉	りんご 干しいたけ 白菜 昆布 しょうが かぶ しめじ 小松菜 人参 チンゲン菜 もやし バナナ りんごジュース	麦茶 水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん風調味料 殺菌酢 ベーキングパウダー
24 土		スバゲティナポリタン 花野菜サラダ チーズ オレンジ 麦茶	ぼたぼた焼き 麦茶	ウインナー チーズ	スバゲティ キャノーラ油 砂糖 せんべい	玉ねぎ ビーマン プロッコリー カリフラワー キャベツ オレンジ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 殺菌酢 麦茶 水
26 月	バナナ 麦茶	具沢山うどん さつま芋のレモン煮 チーズ 麦茶	星たべよ ヨーグルト 麦茶	鶏肉 油揚げ チーズ ヨーグルト	うどん 砂糖 さつま芋 せんべい	バナナ 白菜 人参 干しいたけ 昆布 ほうれん草 レモン	麦茶 水 料理酒 みりん風調味料 塩 こいくちしょうゆ
27 火	りんご 麦茶	ご飯 きのことひき肉のカレー 白菜サラダ オレンジ 麦茶	プリン 麦茶	豚肉 牛乳 クリーム	米 じゃが芋 キャノーラ油 砂糖 ごま油 プリンミックス	りんご 玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ 白菜 小松菜 オレンジ	麦茶 水 カレールウ 殺菌酢 こいくちしょうゆ
28 水	りんご 麦茶	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き プロッコリーのオーロラ和え バナナ 麦茶	ごまおこし ヨーグルト 麦茶	鶏肉 ヨーグルト	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ コンフレック 無塩バター マシュマロ ごま	りんご しょうが にんにく プロッコリー もやし 人参 バナナ	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん風調味料 トマトケチャップ
29 木	りんご 麦茶	ご飯 味噌汁 親子煮 キャベツのおかか和え パイナップル 麦茶	きな粉蒸しパン りんごジュース	油揚げ 味噌 鶏肉 鶏卵 かつお節 きな粉	米 キャノーラ油 薄力粉 砂糖	りんご 干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり パイナップル りんごジュース	麦茶 水 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ ベーキングパウダー

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
乳 目標量	493	17.3	13.7	225	1.5
児 平均量	445	14.7	11.5	136	0.9

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。