

2月献立表

2021年



日付	献立名	材料名	(○10時のおやつ) おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1月	豚汁うどん 小松菜ともやしのお浸し みかん	牛乳、ゆでうどん、ぶた肉、サラダ油、だいこん、にんじん、さといも、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、みりん風調味料、こまつな、もやし、しょうゆ、砂糖、和風だし、みかん、麦茶、米、とり肉、しめじ、えのきたけ、にんじん、こんにゃく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒、	◎ 牛乳 麦茶 きのこごはん	481(450) 15.1(15.3) 16.1(16.7) 4.1(3.3)
2火	鮭ちらし(0.1歳) 手巻き寿司(2~5歳) 切り干し大根の旨煮 みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)	牛乳、米、さけ、きゅうり、白いりごま、きざみり、米、酢、砂糖、食塩、きゅうり、ぶた肉、米みそ、砂糖、みりん風調味料、ツナ、しょうゆ、サラダ油、焼のり、切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、牛乳、白玉粉、上新粉、きなこ、砂糖、	◎ 牛乳 牛乳 きなこ団子	650(571) 24.5(22.1) 16.6(16.3) 5.3(4.2)
3水	ご飯 肉団子の甘酢がけ ブロッコリーとコーンのサラダ 春雨スープ	牛乳、米、ぶた肉、たまねぎ、片栗粉、酒、しょうゆ、ひじき、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、しょうが、ごま油、片栗粉、ブロッコリー、コーン、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、はるさめ、万能ねぎ、干しいたけ、水、中華スープ、食塩、麦茶、小麦粉、水、にら、にんじん、しょうゆ、酢、食塩、中華スープ、ごま油、	◎ 牛乳 麦茶 おやつチヂミ	461(432) 17.6(17.3) 13.7(14.7) 3.4(2.7)
4木	食パン 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ 白菜の豆乳スープ	牛乳、食パン、とり肉、しょうゆ、酒、マーマレード、マカロニ、ツナ、きゅうり、キャベツ、にんじん、サラダ油、酢、砂糖、食塩、さつま芋、はくさい、たまねぎ、サラダ油、水、豆乳、コンソメ、片栗粉、麦茶、米、ぶた肉、米みそ、みりん風調味料、砂糖、酒、おしゃぶりこんぶ、	◎ 牛乳 麦茶 肉味噌おにぎり かみかみ昆布	594(481) 24.1(19.7) 16.8(15.1) 3.0(2.1)
5金	ご飯 豚だいこん ほうれん草とツナの和え物 すまし汁(ねぎ・しめじ)	牛乳、米、ぶた肉、だいこん、にんじん、こんにゃく、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁、サラダ油、ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、ねぎ、しめじ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、牛乳、食パン、ブルーベリージャム、	◎ 牛乳 牛乳 ブルーベリージャムサンド	560(501) 19.6(18.2) 20.9(19.7) 5.2(4.1)
6土	マーボー春雨丼 キャベツの塩昆布和え 中華スープ(玉ねぎ・わかめ)	牛乳、米、ぶた肉、はるさめ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、ニンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉、キャベツ、塩こんぶ、ごま油、たまねぎ、カットわかめ、水、中華スープ、食塩、麦茶、米、菜飯、	◎ 牛乳 麦茶 菜飯おにぎり	694(622) 24.7(23.1) 14.3(15.2) 3.6(2.9)
8月	ご飯 鶏肉の香味焼き ビーフンサラダ みそ汁(なめこ・水菜)	牛乳、米、とり肉、ねぎ、ニンニク、しょうが、しょうゆ、酒、サラダ油、ビーフン、キャベツ、きゅうり、コーン、しょうゆ、酢、砂糖、食塩、ごま油、なめこ、みずな、かつおだし汁、米みそ、牛乳、焼ふ、マーガリン、グラニュー糖、	◎ 牛乳 牛乳 お麩ラスク	530(450) 29.2(23.6) 11.7(11.5) 3.1(2.2)
9火	ビビンバ かぼちゃの甘煮 中華スープ(大根・わかめ)	牛乳、米、ぶた肉、しょうが、ニンニク、米みそ、砂糖、酒、こまつな、もやし、にんじん、ごま油、食塩、白いりごま、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、だいこん、カットわかめ、水、中華スープ、食塩、牛乳、ロールパン、サラダ油、グラニュー糖、ココア、	◎ 牛乳 牛乳 ココアあげぱん	571(510) 22.7(20.8) 18.4(17.8) 4.9(3.9)
10水	ミートソーススパゲティ コールスローサラダ りんご	牛乳、スパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、コンソメ、キャベツ、ハム、コーン、食塩、砂糖、酢、マヨネーズ、りんご、麦茶、米、ひじき、油揚げ、ねぎ、しょうゆ、砂糖、酒、かつおだし汁、	◎ 牛乳 麦茶 ひじきご飯	542(497) 20.7(19.8) 14.5(15.2) 5.0(4.0)
11木	祝日〈建国記念日〉			
12金	ゆかりご飯 鮭の塩焼き ふろふき大根 すまし汁(ほうれん草・豆腐)	牛乳、米、ゆかり、さけ、食塩、だいこん、かつおだし汁、米みそ、砂糖、本みりん、ほうれん草、絹ごし豆腐、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、りんごジュース、じゃがいも、サラダ油、コンソメ、	◎ 牛乳 りんごジュース フライドポテト(コンソメ)	493(445) 19.3(16.3) 9.5(10.9) 2.9(2.2)
13土	野菜あんかけ丼 さつま芋のそぼろ煮 みそ汁(かぶ・しめじ)	牛乳、米、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油、とり肉、サラダ油、さつま芋、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、水、片栗粉、かぶ、しめじ、かつおだし汁、米みそ、麦茶、米、炊き込みわかめ、	◎ 牛乳 麦茶 わかめおにぎり	756(670) 20.7(19.7) 21.3(20.8) 4.2(3.4)
15月	フラワーライス(ケチャップライス) 鶏のさっぱり焼き 和風ポテトサラダ コンソメスープ	牛乳、米、たまねぎ、にんじん、コーン、ケチャップ、コンソメ、食塩、とり肉、砂糖、みりん風調味料、酢、しょうゆ、おろししょうが、じゃがいも、ツナ、きゅうり、塩こんぶ、和風だし、しょうゆ、食塩、ほうれん草、たまねぎ、水、コンソメ、食塩、牛乳、食パン、いちごジャム、	◎ 牛乳 牛乳 いちごジャムサンド	524(463) 25.4(21.5) 12.2(12.5) 2.9(2.3)
16火	ご飯 生揚げのみそ炒め ひじきの炒り煮 すまし汁(里芋・わかめ)	牛乳、米、ぶた肉、生揚げ、たまねぎ、ピーマン、干しいたけ、ごま油、米みそ、砂糖、みりん風調味料、しょうゆ、片栗粉、ひじき、こんにゃく、にんじん、油揚げ、サラダ油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁、さといも、カットわかめ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、麦茶、小麦粉、白玉粉、とり肉、だいこん、にんじん、こまつな、かつお汁、食塩、しょうゆ、	◎ 牛乳 麦茶 すいとん	488(453) 16.0(16.0) 19.2(18.9) 3.9(3.1)

2月献立表

2021年

日付	献立名	材料名	【○10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17 水	ご飯 鶏のカレーから揚げ 大根ときゅうりの和え物 みそ汁(白菜・油揚げ)	牛乳、／米、／とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、ニンニク、カレー粉、片栗粉、サラダ油、／切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、／はくさい、油揚げ、かつおだし汁、米みそ、／牛乳、／ポップコーン、食塩、	◎ 牛乳 牛乳 ポップコーン(塩)	427(369) 23.3(17.7) 13.5(13.1) 2.1(1.6)
18 木	ご飯 マーボー豆腐 キャベツとささみのサラダ 中華スープ(玉ねぎ・もやし)	牛乳、／米、／木綿豆腐、ぶた肉、ねぎ、干しいたけ、しょうが、ごま油、しょうゆ、米みそ、砂糖、酒、片栗粉、／キャベツ、とり肉、きゅうり、塩こんぶ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、／たまねぎ、もやし、中華スープ、食塩、しょうゆ、／牛乳、／マカロニ、きなこと、砂糖、食塩、	◎ 牛乳 牛乳 マカロニきな粉	525(471) 25.1(22.7) 15.1(14.9) 3.6(2.9)
19 金	けんちんうどん さつまいもの天ぷら オレンジ	牛乳、／ゆでうどん、ぶた肉、サラダ油、だいこん、にんじん、さといも、ごぼう、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん風調味料、／さつまいも、水、小麦粉、サラダ油、／オレンジ、／麦茶、／米、とり肉、油揚げ、にんじん、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒、	◎ 牛乳 麦茶 こぎつねご飯	540(489) 15.2(15.3) 20.8(20.2) 3.6(2.8)
20 土	豚のしょうが焼き丼 小松菜の和え物 みそ汁(じゃがいも・ねぎ)	牛乳、／米、ぶた肉、たまねぎ、サラダ油、しょうが、しょうゆ、酒、みりん風調味料、砂糖、／こまつな、はくさい、しょうゆ、酢、レモン果汁、／じゃがいも、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／ももジュース、アガー、砂糖、	◎ 牛乳 麦茶 ピーチゼリー	646(580) 18.0(17.6) 29.4(27.3) 3.0(2.3)
22 月	食パン・りんごジャム 炒り卵のミートソースがけ ブロッコリーときのこのサラダ キャベツのスープ	牛乳、／食パン、りんごジャム、／卵、サラダ油、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、サラダ油、トマトピューレ、ケチャップ、コンソメ、／ブロッコリー、しめじ、えのきたけ、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、／キャベツ、コーン、ベーコン、水、コンソメ、食塩、／牛乳、／米、とり肉、たまねぎ、コーン、サラダ油、食塩、コンソメ、バター、	◎ 牛乳 牛乳 チキンピラフ	597(489) 26.4(22.2) 23.7(21.2) 5.2(3.8)
23 火	祝日 <天皇誕生日>			
24 水	ハヤシライス かぼちゃのマヨネーズ和え りんご	牛乳、／米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、バター、ハヤシルウ、ケチャップ、ウスターソース、牛乳、／かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨネーズ、食塩、／りんご、／牛乳、／ウインナー、ピザ用チーズ、むしパンミックス、水、	◎ 牛乳 牛乳 ウインナー蒸しパン	689(605) 19.0(17.8) 28.5(25.9) 4.2(3.3)
25 木	ご飯 さばのみそ煮風焼き 三色ナムル すまし汁(かぶ・かぶの葉)	牛乳、／米、／さば、米みそ、しょうが、酒、みりん風調味料、砂糖、水、／チンゲンサイ、もやし、にんじん、ごま油、中華だし、食塩、白いりごま、／かぶ、かぶの葉、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、／麦茶、／ビーフン、ぶた肉、赤ピーマン、にんじん、にら、干しいたけ、サラダ油、しいたけだし汁、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ、	◎ 牛乳 麦茶 五目ビーフン	456(411) 18.7(16.1) 13.4(13.3) 2.5(2.0)
26 金	ご飯 シュウマイ キャベツの中華風サラダ わかめスープ	牛乳、／米、／ぶた肉、たまねぎ、しょうが、砂糖、酒、しょうゆ、食塩、コーン、片栗粉、ごま油、シュウマイの皮、／キャベツ、にんじん、ツナ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、白いりごま、／カットわかめ、ねぎ、水、中華スープ、食塩、／牛乳、／ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、サラダ油、	◎ 牛乳 牛乳 豆腐ドーナツ	589(520) 22.4(20.3) 19.3(18.4) 3.2(2.5)
27 土	鶏肉の塩焼き丼 ほうれん草のお浸し みそ汁(白菜・麩)	牛乳、／米、とり肉、にんじん、中華だし、食塩、酒、砂糖、サラダ油、片栗粉、きざみのり、／ほうれん草、油揚げ、しょうゆ、かつおだし汁、／はくさい、焼売、かつおだし汁、米みそ、／麦茶、／米、塩こんぶ、	◎ 牛乳 麦茶 塩昆布おにぎり	516(478) 22.9(21.4) 14.1(15.0) 4.3(3.4)

※食材の都合により献立が変更する場合があります。
※園で初めて食べる食材がないようにしてください。

