

2月献立表

令和4年 2月

[未満児]

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	7(月)	8(火)	
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
	スティック人参 にんじん	おやつ昆布(朝) おやつこぶ		コーンフレーク コーンフレーク	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	
	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	チャーシューメン 中華めん 食塩 こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 焼き豚 葉ねぎ 鶏卵 鶏がらスープ 食塩 りよくとうもろこし	麦ご飯 米 米粒麦	血うどん 即席中華めん はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマン 生しいたけ 豚もも なたね油 しょうが 鶏がらスープ オイスターソース こいくちしょうゆ 清酒 かたくり粉 ごま油 ごうゆ むきえび	ロールパン ロールパン	麦ご飯 米 米粒麦	
	みそ味和風ローフ 鶏ひき肉 えのきたけ たまねぎ パン粉 鶏卵 清酒 淡色辛みそ ごま あおのり 食塩 こしょう	鮭の塩焼き しらす 食塩 しめじとほうれん草のソテー ほうれん草 ぶなしめじ 食塩 こしょう スイートコーン	ブロccoliのごま和え ブロccoli にんじん ごま こいくちしょうゆ 車糖	真砂揚げ ソフト豆腐 鶏ひき肉 しばえび にんじん しらす干し 鶏卵 かたくり粉 なたね油 清酒 食塩 こいくちしょうゆ	中華スープ チンゲンサイ エリンギ りよくとうもろこし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	ひき肉のトマトグラタン あいびき マカロニ たまねぎ にんにくおろし トマト缶詰 普通牛乳 ホワイトソース ピザチーズ 調合油 コンツメ パセリ	さばのガー風焼き まさば 食塩 薄力粉 カレー粉	
	ひじき煮(大豆) ほしひじき にんじん 油揚げ だしず水煮 さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 料理酒	みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ	旬のフルーツ ..	大根の甘酢和え 大根 にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩	中華スープ チンゲンサイ エリンギ りよくとうもろこし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	コンソメスープ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンツメ	ほうれん草のおひたし ほうれん草 はくさい えのきたけ こいくちしょうゆ 車糖	
	すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ	旬のフルーツ ..		みそ汁・ キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ	カップゼリー ゼリー	桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト	豚汁 豚もも 大根 板こんにやく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし	
	添え野菜 ミニトマト			添え野菜 金時豆			旬のフルーツ ..	
	3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳
		ホットケーキ 薄力粉 ベーキングパウダー 車糖 鶏卵 普通牛乳 マーガリン	お好み焼き(おやつ) キャベツ 葉ねぎ 鶏卵 ながいも 豚ばら お好みソース 薄力粉 調合油 さくらえび あおのり 天かす	★ 非常食 ★ ビスコ	小魚アーモンド かえりちりめん アーモンド 車糖 こいくちしょうゆ 水 ごま	源氏バイ 源氏バイ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	揚げ玉おにぎり(おやつ) 米 葉ねぎ 天かす めんつゆ きずり おやつ昆布 らうすこんぶ	黒ごま団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖 黒ごま
<一日合計> エネルギー : 499 kcal 脂 質 : 17.2 g たんぱく質 : 21.9 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 334 mg		493 kcal 16.3 g 23.7 g 1.6 g 332 mg	423 kcal 14.4 g 17.7 g 1.9 g 244 mg	462 kcal 15.1 g 20.3 g 1.6 g 370 mg	506 kcal 24.3 g 17.7 g 2.8 g 395 mg	468 kcal 15.3 g 18.6 g 1.9 g 313 mg	541 kcal 18.2 g 23.9 g 1.6 g 355 mg	
9(水)		10(木)	11(金)	12(土)	14(月)	15(火)	16(水)	
9時		牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
おやついりこ(朝) かえりちりめん		炭酸せんべい 炭酸せんべい			おやつ昆布(朝) おやつこぶ	スティック人参 にんじん	じゃこ しらす干し	
麦ご飯 米 米粒麦		麦ご飯 米 米粒麦	★ 祝 日 ★	★ お楽しみ会 ★	ひすいチャーハン(昼) 米 水 鶏がらスープ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 調合油 根深ねぎ ベーコン	麦ご飯 米 米粒麦	★ マラソン大会(以上児)★	
おから入りオムレツ 鶏卵 おから たまねぎ にんじん さやいんげん 食塩 こしょう なたね油 混合だし		ツナコロッケ じゃがいも まぐろ缶詰 たまねぎ 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油			中華スープ 緑豆はるさめ チンゲンサイ 生しいたけ たけのこ水煮 鶏がらスープ うすくちしょうゆ	加いの照り焼き まがはい こいくちしょうゆ みりん 風調味料 料理酒	ドライカレー 米 米粒麦 あいびき たまねぎ にんじん スイートコーン	
れんごんの金平 れんごん にんじん ごま油 こいくちしょうゆ 車糖 ごま		普通牛乳 ケチャップ 中濃ソース にんじん			筑前煮 鶏もも ごぼう にんじん れんごん たけのこ水煮 生しいたけ さやいんげん 板こんにやく こいくちしょうゆ 本みりん	筑前煮 鶏もも ごぼう にんじん れんごん たけのこ水煮 生しいたけ さやいんげん 板こんにやく こいくちしょうゆ 本みりん	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	
なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ロースハム フレッシュ スイートコーン			フルーツヨーグルト屋 りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	旬のフルーツ ..		
添え野菜 ブロccoli 食塩	すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし							
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶		牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	
	ハートのクッキー 薄力粉 ベーキングパウダー マーガリン 車糖 鶏卵	おにぎり(ゆかり)おやつ 米 ゆかりふりかけ ごま おやついりこ かえりちりめん		じゃがバター じゃがいも マーガリン 食塩 パセリ	チーズ蒸しパン こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油 ピザチーズ	ジャムサンド 食パン いちごジャム		
	<一日合計> エネルギー : 516 kcal 脂 質 : 19.1 g たんぱく質 : 21.0 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 335 mg	501 kcal 13.2 g 16.6 g 1.9 g 200 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	424 kcal 16.7 g 14.7 g 1.4 g 328 mg	537 kcal 16.2 g 23.1 g 1.6 g 353 mg	585 kcal 19.9 g 22.0 g 1.8 g 361 mg	

*都合により献立を変更することがあります。

