



# 2月 献立表



令和6年

認定こども園中央幼稚園

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	蒸しじゃが芋 麦茶	ご飯 味噌汁 かれないの照り焼き 小松菜の煮浸し チーズ 麦茶	ホットケーキ 麦茶	味噌 かわいい 油揚げ チーズ 鶏卵 スキムミルク 牛乳	米 油 薄力粉 砂糖 無塩バター じゃがいも	干しいたけ キャベツ 玉ねぎ 人参 昆布 小松菜 しらたき	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー 塩
2 金	クラッカー 麦茶	【節分】わかめご飯 味噌汁 おにぎりハンバーグ バナナ 麦茶	恵方巻き 麦茶	味噌 豚ひき肉 木綿豆腐 ウインナー でんぶ 鶏卵	米 バン粉 蒸し中華麺 油 砂糖 クラッカー	わかめご飯の素 干しいたけ 白菜 しめじ ほうれん草 昆布 玉ねぎ コーン ブロッコリー パナナ きゅうり 焼きのり	水 塩 中濃ソース トマトケチャップ 麦茶 穀物酢 こいくちしょうゆ
3 土	小魚 麦茶	ご飯 すまし汁 鶏肉の味噌煮 人参の甘酢和え りんごジャムヨーグルト 麦茶	せんべい 麦茶	鶏肉 味噌 ヨーグルト スキムミルク 煮干し	米 小切麩 片栗粉 砂糖 油 せんべい	干しいたけ 大根 小松菜 昆布 長ねぎ しょうが 人参 りんごソース	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 穀物酢 麦茶
5 月	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 納豆和え チーズ 麦茶	レーズン蒸しパン 麦茶	油揚げ 味噌 鶏肉 納豆 チーズ	米 塩こうじ 薄力粉 砂糖 油 ウエハース	干しいたけ 大根 人参 昆布 キャベツ 小松菜 レーズン	水 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
6 火	大根煮 麦茶	雑穀ご飯 コンソメスープ さばフライ 人参ドレッシングサラダ ヨーグルト 麦茶	【こもり森】やさいのぞう すい 麦茶	さば ヨーグルト スキムミルク 鶏卵	米 もちきび 黒米 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 砂糖 さつま芋	南瓜 切干大根 しめじ ブロッコリー もやし コーン 大根 人参 干しいたけ ほうれん草	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 麦茶 中濃ソース 人参ドレッシング 麦茶 料理酒 万能つゆ
7 水	せんべい 麦茶	肉野菜炒め丼 味噌汁 白菜の海苔和え りんご 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	豚肉 高野豆腐 味噌 きな粉	米 油 砂糖 マカロニ せんべい	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 干しいたけ キャベツ 小松菜 昆布 白菜 きゅうり 焼きのり りんご	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶
8 木	人参煮 麦茶	天津飯 中華スープ 春雨の野菜炒め パナナ 麦茶	プリン ウエハース 麦茶	鶏卵 干しえび 木綿豆腐 豚肉 牛乳 クリーム	米 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 油 プリンの素 ウエハース	干しいたけ 長ねぎ 人参 グリーンピース 白菜 ほうれん草 玉ねぎ にら パナナ	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 穀物酢 料理酒 麦茶
9 金	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 親子煮 キャベツのおかか和え いちごジャムヨーグルト 麦茶	【初午いなり】いなりご飯 小魚 麦茶	厚揚げ 味噌 鶏肉 鶏卵 かつお節 ヨーグルト スキムミルク 油揚げ 煮干し	米 油 いちごジャム 砂糖 ごま ウエハース	干しいたけ 大根 チンゲン菜 昆布 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり さやいんげん	水 料理酒 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶 穀物酢 塩 みりん
10 土	小魚 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉と大根の煮物 和風マヨサラダ オレンジ 麦茶	ボン菓子 麦茶	高野豆腐 味噌 豚肉 チーズ 煮干し	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ ボン菓子	干しいたけ 玉ねぎ しめじ 昆布 大根 人参 小松菜 もやし コーン オレンジ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
13 火	チーズ 麦茶	チャーハン ビーフンスープ キャベツとコーンのサラダ ぶどうゼリー 麦茶	黄桃蒸しパン 麦茶	豚ひき肉 干しえび チーズ	米 油 ごま油 ビーフン ノンエッグマヨネーズ 砂糖 薄力粉	玉ねぎ ピーマン 人参 しめじ ほうれん草 キャベツ コーン ぶどうジュース アガー 黄桃缶	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 麦茶 ベーキングパウダー
14 水	蒸しかぼちゃ 麦茶	麦ご飯 チキンカレー 切干大根のサラダ りんごジャムヨーグルト 麦茶	ハートのココアクッキー 麦茶	鶏肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク 鶏卵	米 押し麦 じゃがいも 油 砂糖 ごま油 無塩バター 薄力粉	玉ねぎ 人参 切干大根 チンゲン菜 パプリカ りんごソース 南瓜	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 ココア
15 木	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 あじの蒲焼き 小松菜の炒め物 チーズ 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー 麦茶	高野豆腐 味噌 あじ チーズ	米 じゃがいも 薄力粉 片栗粉 油 ごま油 クラッカー マシュマロ 砂糖	干しいたけ わかめ 昆布 小松菜 玉ねぎ 人参	水 万能つゆ こいくちしょうゆ みりん 料理酒 麦茶
16 金	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草のお浸し ヨーグルト 麦茶	麩のラスク 麦茶	味噌 木綿豆腐 鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	米 片栗粉 油 砂糖 小切麩 無塩バター グラニュー糖 マンナビスケット	干しいたけ 白菜 えのき茸 人参 昆布 グリンピース ほうれん草 切干大根 コーン	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 万能つゆ 麦茶
17 土	小魚 麦茶	焼き鶏丼 味噌汁 さつま芋のごま和え パナナ 麦茶	ビスケット 麦茶	鶏肉 厚揚げ 味噌 煮干し	米 さつま芋 ごま 砂糖 ビスケット	グリーンピース 干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 昆布 人参 ほうれん草 パナナ	水 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶
19 月	蒸しじゃが芋 麦茶	【雨水】大根ご飯 すまし汁 たらの味噌焼き なめたけ和え チーズ 麦茶	パンプキンパイ 麦茶	油揚げ たら 味噌 チーズ 鶏卵	米 小切麩 砂糖 パイシート じゃがいも	大根 人参 干しいたけ 長ねぎ チンゲン菜 昆布 白菜 小松菜 なめ茸 南瓜 レーズン	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 みりん 麦茶
20 火	人参煮 麦茶	丸パン コンソメスープ タンダーリーチキン ジャーマンポテト オレンジ 麦茶	五平餅 小魚 麦茶	鶏肉 ヨーグルト ウインナー 味噌 煮干し	丸パン じゃがいも 油 米 砂糖 ごま	人参 キャベツ 切干大根 玉ねぎ パセリ オレンジ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ カレールウ 麦茶 みりん
21 水	せんべい 麦茶	おかかご飯 味噌汁 ひき肉入り玉子焼き トマトドレッシング和え チーズ 麦茶	ジャムバンケーキ 麦茶	かつお節 油揚げ 味噌 鶏卵 豚ひき肉 チーズ スキムミルク 牛乳	米 油 砂糖 薄力粉 せんべい	干しいたけ 大根 万能ねぎ 昆布 ひじき 人参 キャベツ ほうれん草 りんごソース	水 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 トマトドレッシング 麦茶 ベーキングパウダー
22 木	小魚 麦茶	玄米入りご飯 すまし汁 鶏肉のかぶ味噌みぞれあん 甘酢和え パナナ 麦茶	ゼリー(いちご味) ウエハース 麦茶	高野豆腐 鶏肉 味噌 煮干し	米 玄米 砂糖 片栗粉 ストロベリーゼリーの素 ウエハース	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 パナナ 黄桃缶	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 穀物酢 麦茶
24 土	大根煮 麦茶	肉野菜うどん さつま芋のレモン煮 ヨーグルト 麦茶	クラッカー 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	うどん 砂糖 さつま芋 クラッカー	白菜 人参 干しいたけ 昆布 ほうれん草 レモン 大根	水 料理酒 みりん 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
26 月	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリーのオーロラ和え プチケーキ 麦茶	ごまおこし 小魚 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏肉 鶏卵 スキムミルク クリーム 煮干し	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 薄力粉 コーンフレーク マシュマロ ごま	干しいたけ 大根 チンゲン菜 昆布 しょうが にんにく りんご ブロッコリー キャベツ 人参	水 こいくちしょうゆ みりん トマトケチャップ ベーキングパウダー 麦茶
27 火	ボン菓子 麦茶	ご飯 きのこひき肉のカレー 白菜サラダ パナナヨーグルト 麦茶	マフィン 麦茶	豚ひき肉 ヨーグルト スキムミルク 鶏卵 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ごま油 無塩バター 薄力粉 ボン菓子	玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ 白菜 小松菜 パナナ	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
28 水	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉のうま煮 キャベツのマヨ和え ジョア 麦茶	きな粉蒸しパン 麦茶	味噌 豚肉 油揚げ ジョア きな粉	米 じゃがいも ごま油 砂糖 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 油 ウエハース	干しいたけ 長ねぎ わかめ 昆布 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶 ベーキングパウダー
29 木	蒸しじゃが芋 麦茶	スバゲティナポリタン ミルク味噌スープ 花野菜サラダ オレンジ 麦茶	フルーツパン 麦茶	ウインナー チーズ 牛乳 スキムミルク 味噌	スバゲティ 油 砂糖 無塩バター フルーツパン じゃがいも	玉ねぎ ピーマン 大根 小松菜 コーン ブロッコリー カリフラワー もやし オレンジ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 水 穀物酢 麦茶

### ☆ 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)
幼児	目標準量 589	20.6	16.4	270	1.6
幼児	平均量 569	21	15.7	247	1.6
乳児	目標準量 493	17.3	13.7	225	1.5
乳児	平均量 493	18.2	13.1	250	1.3

☆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。