



令和5年度(2月) 給食献立表



日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal)
			15:00 おやつ	たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
1日 (木)	<節分メニュー> 鬼退治ご飯 けんちん汁 みかん	米・大豆・豚肉・人参・コーン・砂糖・醤油・酒・塩／ちくわ・さつま芋・もやし・大根・厚揚げ・醤油・昆布／みかん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 恵方ロール	491 18.5 13.3 1.6
2日 (金)	ご飯 昆布の佃煮(幼児) 鶏肉の照り焼き かにかまぼこ入り胡瓜とわかめの酢の物 根菜たっぷり味噌汁	米／昆布・酢・砂糖・醤油・みりん・白ごま／鶏肉・砂糖・醤油・みりん・酒／かにかまぼこ・もやし・胡瓜・人参・わかめ・酢・砂糖・醤油／里芋・玉ねぎ・ちくわ・ごぼう・人参・白ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布	牛乳 マンナ 牛乳 マカロニきな粉	463 25.2 9.9 2.4
3日 (土)	ミニストロベリーツイスト チーズハムデニッシュ 牛乳 バナナ	ミニストロベリーツイスト／チーズハムデニッシュ／牛乳／バナナ	牛乳 ハイハイン(野菜) 野菜のかりんとう	499 13.1 20 0.5
5日 (月)	ハヤシライス 福神漬け(幼児) ビーフンサラダ スティックチーズ	米・牛肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ハヤシライスルー・油／福神漬け(幼児)／ビーフン・かにかまぼこ・胡瓜・人参・酢・砂糖・醤油・マヨネーズ／スティックチーズ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ミレービスケット	547 13.9 24.6 0.8
6日 (火)	野菜たっぷり醤油ラーメン 大根と人参のナムル バナナ	中華麺・豚肉・かまぼこ・キャベツ・コーン・わかめ・人参・玉ねぎ・もやし・青ねぎ・ラーメンスープ／ちくわ・大根・人参・胡瓜・昆布茶・ごま油・白ごま／バナナ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 小魚 横綱あられ	585 17.5 21.8 1.3
7日 (水)	<誕生日会> カレーピラフ チキンカツ ミックスサラダ 野菜スープ	米・ベーコン・玉ねぎ・人参・ピーマン・コンソメ・カレー粉・牛乳／鶏肉・塩・卵・小麦粉・パン粉・油／キャベツ・ツナ・コーン・人参・もやし・酢・砂糖・醤油・マヨネーズ・塩／わかめ・大根・もやし・玉ねぎ・人参・コンソメ・醤油	牛乳 シガーフライ 牛乳 フルーツパフェ	619 28.6 21.1 1.7
8日 (木)	★にこにこ給食★ ご飯 白身魚のおおさ焼き 切り干し大根の煮物 ほうれん草と大根のすまし汁	米／カレー・塩・あおさ／切り干し大根・ちくわ・人参・醤油・砂糖・酒・油／大根・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・昆布	プルーンジュース ソフト塩せんべい プルーンジュース 黒糖蜜の スティック大学芋	409 13.7 4.4 1.8
9日 (金)	食パン 牛乳 鶏肉とほうれん草入りグラタン ミニゼリー 野菜スープ	食パン／牛乳／マカロニ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参・小麦粉・バター・牛乳・コンソメ・チーズ／わかめ・大根・玉ねぎ・人参・コンソメ・醤油／ミニゼリー	牛乳 サクッとあられ わかめとごま入り おにぎり	599 20.9 22.9 1.5
10日 (土)	五目うどん もやしと人参のナムル ヨーグルト	うどん・鶏肉・油揚げ・玉ねぎ・人参・しいたけ・醤油・酒・みりん・昆布／もやし・人参・ちくわ・昆布茶・ごま油・白ごま／ヨーグルト	牛乳 ビスコ 牛乳 芋けんぴ	515 15.3 13.8 1.4
13日 (火)	★にこにこ給食★ ご飯 油淋鶏 大根と人参のゆかり和え 豆乳白湯スープ	米／鶏肉・白ねぎ・赤パプリカ・黄パプリカ・酢・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉／大根・人参・胡瓜・ちくわ・ゆかり・醤油／かまぼこ・白菜・大根・人参・白ねぎ・玉ねぎ・白湯・豆乳	プルーンジュース ハイハイン(野菜) プルーンジュース ふかし芋・りんご	464 19.5 11 2.4
14日 (水)	中華丼 野菜スープ ヨーグルト	米・豚肉・ちくわ・チンゲン菜・白菜・玉ねぎ・人参・しいたけ・中華だし・ごま油・醤油・片栗粉／キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参・コンソメ・醤油／ヨーグルト	牛乳 満月ボン 牛乳 豆腐とココア入り マフィン	432 16.8 9.6 1.4

日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
			15:00 おやつ	
15日 (木)	食パン 牛乳 ビーフシチュー りんご入りミックスサラダ スティックチーズ	食パン/牛乳/牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ ビーフシチュールー・油/りんご・キャベツ・人 参・もやし・ツナ・コーン・砂糖・醤油・酢・マ ヨネーズ/スティックチーズ	牛乳 動物ビスケット フルーツヨーグルト	457 19 14.5 1.3
16日 (金)	焼きそば 小松菜ともやしのナムル 野菜スープ	中華麺・豚肉・キャベツ・ちくわ・人参・玉ねぎ・ もやし・コンソメ・焼きそばソース・とんかつソ ース・ごま油・かつお節・あおのり/ちくわ・小 松菜・もやし・人参・昆布茶・ごま油・白ごま/ 大根・わかめ・人参・玉ねぎ・コンソメ・醤油	牛乳 ビスコ 牛乳 小魚 セサミハーベスト	555 21.7 15.3 1.7
17日 (土)	<発表会 (2・3歳児)>			
19日 (月)	親子丼 ひじきとキャベツの味噌マヨサラダ ちくわと小松菜のすまし汁	米・卵・鶏肉・かまぼこ・玉ねぎ・青ねぎ・みり ん・酒・醤油・砂糖/キャベツ・人参・ツナ・コ ーン・ひじき・味噌・マヨネーズ・砂糖・酢/ち くわ・小松菜・玉ねぎ・人参・醤油・昆布	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ポパイケーキ	597 26.2 15.7 2.9
20日 (火)	ミートスパゲティ チーズと胡瓜のコロコロサラダ 野菜スープ ミニゼリー	スパゲティ・合挽肉・玉ねぎ・人参・トマトケチ ャップ・コンソメ・小麦粉・バター・砂糖/卵・ チーズ・胡瓜・人参・酢・砂糖・醤油・マヨネ ーズ・塩/キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・コン ソメ・醤油/ミニゼリー	牛乳 ハイハイ(野菜) 牛乳 芋けんぴ	600 19.1 21.6 1.5
21日 (水)	ご飯 白身魚のフライ タルタルソース 野菜たっぷり豚汁	米/カレー・塩・酒・小麦粉・卵・パン粉・油/ 卵・胡瓜・玉ねぎ・トマトケチャップ・マヨネ ーズ・塩/豚肉・しめじ・しいたけ・玉ねぎ・人参・ キャベツ・赤味噌・白味噌・昆布	牛乳 ビスコ 牛乳 具沢山にゆうめん	509 20.9 15.2 1.3
22日 (木)	★にこにこ給食★<弁当日 (3.4.5歳児)> ひじきご飯 高野豆腐の含め煮 野菜たっぷり石狩汁	米・鶏挽肉・ひじき・人参・糸こんにゃく・ごぼ う・砂糖・醤油/高野豆腐・人参・グリンピース・ 砂糖・醤油・みりん/鮭・もやし・キャベツ・人 参・油揚げ・玉ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布	プルーンジュース お子様せんべい プルーンジュース チヂミ風ねぎ焼き	437 17.8 12.8 2.2
24日 (土)	エビピラフ 野菜スープ バナナ	米・エビ・玉ねぎ・人参・グリンピース・バター・ コンソメ/もやし・わかめ・コンソメ・醤油/パ ナナ	牛乳 サクッとあられ 牛乳 野菜のかりんとう	608 21.1 18.2 1.4
26日 (月)	きのこ入り炊き込みご飯 ひじきと豚肉のサラダ 大根と人参のすまし汁	米・鶏肉・京揚げ・糸こんにゃく・人参・しいた け・しめじ・砂糖・醤油・酒・塩/豚肉・ちくわ・ ひじき・キャベツ・人参・練りごま・砂糖・砂糖・ 醤油・ごま油/大根・人参・わかめ・もやし・醬 油・昆布	牛乳 マンナ 牛乳 ボンデケージョ	521 19 13.9 1.8
27日 (火)	<ひなまつりメニュー> ちらし寿司 花麩入りすまし汁 いちご	米・卵・高野豆腐・ちりめんじゃこ・かまぼこ・ 人参・干しいたけ・酢・塩・砂糖・醤油・グリ ンピース/花麩・菜の花・大根・人参・玉ねぎ・ 醤油・昆布/いちご	牛乳 ソフト塩せんべい 牛乳 ひなまつりゼリー	471 16.1 7.8 1.6
28日 (水)	★にこにこ給食★ ご飯 鮭の西京焼き ちくわともやしの炒め物 豆腐とわかめの味噌汁	米/鮭・味噌・砂糖・みりん・酒/ちくわ・もや し・人参・砂糖・醤油・ごま油・白ごま/豆腐・ わかめ・玉ねぎ・人参・大根・赤味噌・白味噌・ 昆布	プルーンジュース 満月ポン プルーンジュース 小魚 えびみりん	453 16.4 5.9 1.3
29日 (木)	野菜たっぷりちゃんぽん ひじきと大豆のサラダ みかん	中華麺・豚肉・ちくわ・青ねぎ・玉ねぎ・人参・ キャベツ・もやし・白湯/ひじき・ちくわ・大豆・ 胡瓜・人参・ごま油・酢・砂糖・醤油・ごま油・ 塩/みかん	牛乳 ハイハイ(野菜) 牛乳 かぼちゃケーキ	597 23.2 18.2 2.4

* 献立表の栄養価は4歳児を基準に記載しています。

* 仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。ご了承下さい。

* パン粉は、卵・乳製品を含まないものを使用しています。

* 赤味噌と白味噌は小麦を含まない味噌を使用しています。

* 18:30のおやつはソフト塩せんべい・サクッとあられ・芋けんぴ・えびみりん・ひじきせんべい・さかなのがっこうを提供しています。