



2月 給食献立

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和5年1月30日

日	曜日	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	水	ご飯・チキンカツ ★フロッキーのごまマヨ和え 根菜汁・バナナ	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、さといも(冷凍)、○砂糖、 パン粉、小麦粉、マヨネーズ、油、すりご ま、ごま油	○牛乳、鶏ささ身(筋なし)、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ	バナナ、フロッキー、だいこん皮むき、にん じん皮むき、○いちごジャム、洗いごぼう、 コーン缶	かつおだし・鰹節、しょうゆ(うすく ち)、食塩
2	木	ご飯・チンジャオロースー もやしのナムル 春雨スープ・りんご	牛乳 ★フレンチトースト	米、○食パン、○砂糖、○バター、はるさ め、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○卵	根切りもやし、りんご、にんじん皮むき、たけ のこ(ゆで)、はくさい、きゅうり、ピーマン、葉 ねぎ、黄ピーマン、しめじ、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ(うすくち)、中華だしの 素、鶏がらだしの素、食塩
3	金	ご飯・さわらのかば焼き(未満児) いわしのかば焼き 五目豆 小松菜の味噌汁・みかん	牛乳 鬼まんじゅう	米、○さつまいも、○小麦粉、板こんにゃ く、○砂糖、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、いわし、ゆで大豆、ちくわ、米 みそ(淡色辛みそ)	みかん、にんじん皮むき、こまつな、たまね ぎ、だいこん皮むき、えのきたけ、しょうが	みりん、しょうゆ、しょうゆ(うすく ち)、かつおだし・鰹節、酒、○食塩
4	土	チキンライス じゃがいものスープ バナナ	ラムネ	米、じゃがいも、油	鶏むね肉(皮付)、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマ ン、しめじ、コーン缶	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
6	月	ご飯・岩のり ぶりのゆであん焼き おからサラダ えのきの味噌汁、いちご	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	米、○米粉、○油、○砂糖、マヨネーズ タイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖、○ 片栗粉	○牛乳、ぶり、木綿豆腐、おから、○木 綿豆腐、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、 ちくわ	いちご、にんじん皮むき、きゅうり、のり佃 煮、たまねぎ、生わかめ、えのきたけ、○パ ナナ、ゆず果汁	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、酢、 かつおだし・鰹節、食塩
7	火	ご飯・すき焼き風煮 きゅうりの梅和え 豆腐のすまし汁・バナナ	牛乳 メープルビスケット	米、○ホットケーキ粉、しらたき、○マー ガリン、○メープルシロップ、砂糖、○小 麦粉、焼ふ(板ふ)	○牛乳、焼き豆腐、木綿豆腐、牛肉(肩 ロース)、かつお節	はくさい、バナナ、きゅうり、にんじん皮むき、 たまねぎ、葉ねぎ、万能ねぎ、うめ干し	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、しょ うゆ、かつおだし・鰹節、食塩
8	水	ご飯★鶏の香草焼き かぼちゃサラダ 白菜の豆乳スープ・りんご	牛乳 マカロニあべかわ	米、○マカロニ、マヨネーズ、○砂糖、パ ン粉	○牛乳、調整豆乳、鶏もも肉(皮付)、 ベーコン、ハム、○きな粉、大豆水煮 缶	かぼちゃ、りんご、はくさい、にんじん皮む き、きゅうり、たまねぎ	鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉、 ○食塩
9	木	ご飯・回鍋肉 もやしの和え物 わかめスープ・みかん	牛乳 ★コーンマヨトースト	米、○食パン、砂糖、○マヨネーズ、ご ま、油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、ハム、米み そ(淡色辛みそ)	みかん、根切りもやし、たまねぎ、キャベツ、 にんじん皮むき、きゅうり、ピーマン、○コー ン缶、えのきたけ、生わかめ、黄ピーマン、 コーン缶、○クリームコーン缶	しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)、鶏 がらだしの素、鶏がらだし・粉末、食 塩
10	金	ごはん・鮭のマスタード焼き ジャーマンポテト ミネストローネ・オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、マヨ ネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、 砂糖、無塩バター	○牛乳、さけ、ベーコン、○卵	オレンジ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、にん じん皮むき、キャベツ、○いちごジャム、にん じんにく	ケチャップ、粒入りマスタード、しょう ゆ、食塩、鶏がらだしの素、パセリ 粉
13	月	ご飯・さわらのねぎソース 白菜とハムの和え物 ★中華風コンスープ・りんご	牛乳 じゃこトースト	米、○食パン、○マヨネーズタイプ調味 料(低カロリータイプ)、ごま油、○ごま、 砂糖、片栗粉	○牛乳、さわら、卵、ハム、○スライス チーズ、○しらす干し	はくさい、りんご、たまねぎ、にんじん皮む き、葉ねぎ、コーン缶、しょうが	酢、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ しの素、食塩
14	火	ご飯・肉じゃが れんこんチップ わかめの味噌汁、オレンジ	牛乳 プアマンケーキ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、しら たき、○油、油、片栗粉、砂糖、○粉糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、油 揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	れんこん、オレンジ、たまねぎ、だいこん皮む き、にんじん皮むき、葉ねぎ、生わかめ、グリ ンピース(水煮缶詰)	しょうゆ(うすくち)、酒、食塩、みり ん、かつおだし・鰹節、○食塩
15	水	中華丼 キャンディーチーズ コンスープ・バナナ	ヨーグルト	米、片栗粉、油、ごま油	○ソール元気ヨーグルト、豚肉(ば ら)、木綿豆腐、チーズ	バナナ、はくさい、にんじん皮むき、にんじ ん、たまねぎ、コーン缶、しいたけ	しょうゆ(うすくち)、中華だし・粉末、 鶏がらだしの素、食塩
16	木	ハヤシライス ★キャベツのサラダ みかん	牛乳 マシュマロサンド	米、マヨネーズ、ごま	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ハム	みかん、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベ ツ、しめじ、かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、グ リンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ
17	金	ご飯・たらのオランダ焼き ★ハムサラダ じゃがいものスープ・いちご	牛乳 ★コーンフレッククッキー	米、じゃがいも、○小麦粉、○マーガ リン、○砂糖、○コーンフレーク、マヨネ ーズ、マヨネーズタイプ調味料(低カロリー タイプ)	○牛乳、たら、ベーコン、ハム、○卵、 とろけるチーズ	キャベツ、たまねぎ、いちご、にんじん皮む き、きゅうり、しめじ	パセリ粉、鶏がらだしの素、食塩 きゅうり、しめじ
18	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ バナナ	りんごスティック	米、油	鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマ ン、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉 末、食塩
20	月	ご飯・さばの味噌煮 切干大根の旨煮 ★かきたま汁・オレンジ	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、○バター、砂糖	○牛乳、さば、卵、○卵、油揚げ、米み そ(淡色辛みそ)	オレンジ、○マーマレード、にんじん皮むき、 たまねぎ、こまつな、しめじ、切り干しだいご ん、生わかめ、しょうが	みりん、しょうゆ、しょうゆ(うすく ち)、かつおだし・鰹節、食塩
21	火	ご飯★ミートローフ キャベツのカレーソー かぶの豆乳シチュー・みかん	牛乳 ミルク蒸しパン	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、パン 粉、米粉、○油、油	○牛乳、調整豆乳、牛ひき肉、豚ひき 肉、卵、ベーコン、ウインナーソーセ ージ、○脱脂粉乳、粉チーズ	みかん、キャベツ、たまねぎ、にんじん皮む き、かぶ・根・皮むき、クリームコーン缶、コ ン缶、グリーンピース(水煮缶詰)、いんげん	ケチャップ、鶏がらだしの素、ウス ターソース、食塩、カレー粉
22	水	ご飯・甘酢子キン かぼちゃの素揚げ ★わか玉スープ・いちご	牛乳 ★チーズスキムクッキー	米、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、 油、砂糖、ごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、卵、木綿豆 腐、○脱脂粉乳、○卵、○粉チーズ	かぼちゃ、いちご、たまねぎ、生わかめ、コ ン缶、しょうが	みりん、しょうゆ、鶏がらだしの素、 酢、酒、食塩
24	金	パン・さわらのマヨネーズ焼き 小松菜のソテー 豆スープ・りんご	フルーツヨーグルト	ロールパン、クロワッサン、じゃがいも、 マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイ プ)、食パン	○ソール元気ヨーグルト、さわら、 ベーコン、ゆで大豆、粉チーズ	りんご、こまつな、たまねぎ、○バナナ、○み かん缶、にんじん皮むき、コーン缶、パセリ	しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、 食塩、パセリ粉
25	土	牛丼 ちくわの味噌汁 バナナ	きな粉せんべい	米、じゃがいも、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、ちくわ、○きな粉	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能 ねぎ	しょうゆ(うすくち)
27	月	ご飯・鮭の梅焼き 和風マカロニサラダ 大根の味噌汁・みかん	牛乳 アメリカンドッグ風	米、○ホットケーキ粉、マカロニ、砂糖、 ごま油	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○調整豆 乳、○魚肉ソーセージ、ハム、米みそ (淡色辛みそ)、油揚げ	みかん、にんじん皮むき、だいこん皮むき、 きゅうり、コーン缶、ねぎ、万能ねぎ、うめ干 し	みりん、○ケチャップ、酢、しょうゆ (うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだ し・鰹節、○パセリ粉
28	火	ご飯・鶏肉の照り焼き 白菜の塩昆布和え さつま芋の味噌汁・バナナ	牛乳 ★にんじんケーキ	米、さつまいも(皮付)、○小麦粉、○ 油、○砂糖、砂糖、ごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、○卵、ちく わ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、か つお節	はくさい、バナナ、○にんじん皮むき、にんじ ん皮むき、たまねぎ、きゅうり、万能ねぎ、塩 こんぶ	酒、しょうゆ、みりん、かつおだし・ 鰹節、○食塩

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

2月24日、ひまわり・こすす・なのはな
むぎ組園児のパンはバイキング形式になります。