

令和7年 2月 献立表

3才未満児

第2へきなんども園

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をとのえるもの	エネルギーたんぱく質脂質
1(土)	まめぴよ	豚丼,ゼリー	牛乳,おたのしみ菓子	まめびよ,豚もも肉,ヨーグルト,牛乳	米・精白米,油,かたくり粉,せんべい	たまねぎ,こまつなえのき,たけにんじん,ねぎ,しょうが,チューブ,にんにく,チューブ	442kcal 17.7g 14.5g
2(日)	🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿						
3(月)	たべっこどうぶつ	七分つき玄米,豆腐の肉あんかけ,春雨サラダ	牛乳,青のりせんべい	木綿豆腐,豚肉,かつお節,ハム,牛乳	米・七分つき米,三温糖,かたくり粉,はるまき,マヨネーズ	たまねぎ,にんじん,エリンギ,しょうが,チューブ,グリーンピース,ほうれんそう,りんご	451kcal 15.6g 16.8g
4(火)	チーズ	イングリッシュマフィン,魚のフライオーロラソース,ワンタンスープ,切り干し大根のサラダ,牛乳	粒あんデニッシュ	ハイ! チーズ,豚もも肉,豚ひき肉,かまぼこ,牛乳	イングリッシュマフィン小麦粉,パン粉,油,マヨネーズ,すりごま	チンゲンサイ,もやし,にんじん,切り干し大根,きゅうり	356kcal 16.0g 15.8g
5(水)	プリッツ	キッズビビンバ,キャベツスープ,マスカットゼリー	牛乳,ばかうけ	豚ひき肉,鶏もも皮なし,牛乳,水切り木綿豆腐,きな粉	プリッツ,米・精白米,三温糖,ごま油,じゃがいも,すりごま,白玉粉	ねぎ,しょうが,チューブ,もやし,にんじん,ほうれんそう,コーン,パック,キャベツ,たまねぎ,えのき,たけ	430kcal 16.6g 12.0g
6(木)	スティック人参	食パン,鶏肉のアップルソース,豆腐と白菜のスープ,こふきいも,トマト,牛乳	ビスコ	鶏もも肉,絹ごし豆腐,ベーコン,あおのり,牛乳	食パン,かたくり粉,油,三温糖,じゃがいも,ビスケット	にんじん,りんご,たまねぎ,ほくさい,しめじ,トマト	340kcal 14.7g 15.8g
7(金)	しるこサンド	ナポリタンスパゲッティ,ゆで野菜サラダ,ヤクルト	牛乳,中華まん	ウインナー,豚肉,ハム,ヤクルト,牛乳	しるこサンド(松永製菓),スパゲティ,油,和風ドレッシング,肉まん,あんまん	たまねぎ,にんじん,ピーマン,エリンギ,ホールトマト缶,パセリ粉,キャベツ,コーン,パック	499kcal 18.0g 19.8g
8(土)	まめぴよ	野菜そぼろ丼,ヨーグルト	牛乳,おたのしみ菓子	まめびよ,豚もも肉,ミンチ,ヨーグルト,牛乳	米・精白米,油,ごま油,小麦粉,せんべい	キャベツ,こまつな,たまねぎ,にんじん,コーン缶	439kcal 17.6g 14.0g
9(日)	🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿						
10(月)	とんがりコーン	ライ麦パン,具だくさんカレースープ,野菜コロッケ,牛乳	雪の宿	木綿豆腐,豚もも肉,牛乳	ライ麦パン,油,野菜コロッケ,せんべい	たまねぎ,かぼちゃ,にんじん,ほうれんそう,コーン,レールウ	265kcal 14.1g 12.4g
11(火)	建国記念の日						
12(水)	チーズ	ご飯,豚肉の柳川風煮物,キャベツのごまマヨネーズ和え	牛乳,バナナ,いかちびせんべい	ハイ! チーズ,豚もも肉,赤卵,かつお節,ちくわ,牛乳	米・精白米,油,三温糖,すりごま,マヨネーズ,いかちび	ごぼう,たまねぎ,にんじん,ほうれんそう,キャベツ,きゅうり,バナナ	433kcal 19.3g 15.0g
13(木)	たまごボーロ	人参ご飯,さばのみそに,けんちん汁,オレンジ	牛乳,♡ポップコーン	鶏もも肉,かまぼこ,油あげ,あおのり,白身魚,生揚げ,鶏もも肉,かつお節,牛乳	たまごボーロ,米・精白米,油,三温糖,ポップコーンの豆	にんじん,干しいたけ,大根,こまつな,ごぼう,オレンジ	389kcal 18.2g 9.8g
14(金)	ベジたべる	☆ハヤシライス,ブロッコリーとちくわのサラダ,バナナ	牛乳,♡ほうれんそうケーキ	豚ばら,脂付,ちくわ,牛乳,赤卵	ベジたべる,米・精白米,麦,じゃがいも,油,ごまドレッシング,三温糖,小麦粉	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,しめじ,ハヤシライス,ブロッコリー,バナナ,ほうれんそう	542kcal 13.4g 21.8g
15(土)	まめぴよ	チャーハン,ヨーグルト	牛乳,おたのしみ菓子	まめびよ,豚ひき肉,ハム,あおのり,ヨーグルト,牛乳	米・精白米,油,せんべい	たまねぎ,にんじん,ピーマン,生しいたけ,コーン缶	463kcal 17.0g 16.6g
16(日)	🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿						
17(月)	ハーベスト	バターロールパン,ウインナー,コールスローサラダ,コーンスープ,牛乳	♡するめ,かっぱえびせん	ウインナー,豆腐,牛乳,するめ	ビスケット,バター,ロールパン,マヨネーズ,かっぱえびせん	キャベツ,きゅうり,にんじん,グリーンピース,コーン,パック,たまねぎ,ハセリ粉	302kcal 10.8g 31.2g
18(火)	チーズ	七分つき玄米,肉じゃが,豆腐みそ汁	牛乳,ルヴァン	ハイ! チーズ,豚もも肉,ミンチ,木綿豆腐,油あげ,かつお節,みそ,牛乳	米・七分つき米,じゃがいも,しらたき,油,三温糖,ビスケット	にんじん,たまねぎ,いんげん,こまつな	402kcal 17.1g 12.8g
19(水)	えびせんべい	野菜たっぷりマーボー丼,わかめスープ,バナナ	牛乳,♡ふかし芋	木綿豆腐,豚ひき肉,みそ,かつわかめ,牛乳	上えび,米・精白米,ごま油,三温糖,かたくり粉,じゃがいも,さつま芋	なす,たけのこ,ピーマン,にんじん,ねぎ,しょうが,チューブ,にんにく,コーン,パック,バナナ	516kcal 15.2g 12.7g
20(木)	スティック人参	五目ラーメン,ひじきとさつま芋煮,オレンジ	牛乳,自然の恵みドーナツ	豚もも肉,かつお節,ひじき,油あげ,牛乳	中華めん(生),ごま油,さつま芋,三温糖,自然の恵みドーナツ(大塚屋)	にんじん,コーン,パック,もやし,チンゲンサイ,しめじ,ねぎ,干しいたけ,オレンジ	430kcal 16.2g 11.8g
21(金)	セブーレクッキー	全粒粉入り食パン,クリームシチュー,ちくわの二色揚げ,牛乳	フィンガービスケット	鶏もも皮なし,ベーコン,豆腐,ちくわ,あおのり,牛乳	セブーレクッキー,全粒粉入り食パン,じゃがいも,油,小麦粉,かたくり粉	たまねぎ,にんじん,クリーム,コーン,しめじ,カレー粉	427kcal 20.0g 15.8g
22(土)	まめぴよ	中華飯,ヨーグルト	牛乳,おたのしみ菓子	まめびよ,豚もも肉,ヨーグルト,牛乳	米・精白米,ごま油,かたくり粉,せんべい	しょうが,チューブ,にんにく,コーン,ほうれんそう,たまねぎ,たけのこ,生しいたけ,ねぎ	441kcal 16.8g 14.9g
23(日)	🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿						
24(月)	振替休日						
25(火)	アスパラガスビスケット	白い食卓ロールパン,さつまいもと鶏肉の甘辛煮,豆腐と野菜のスープ,牛乳	♡フライドポテト,スティックゼリー	鶏もも肉,木綿豆腐,ハム,牛乳	白い食卓ロールパン,さつまいも,かたくり粉,油,三温糖,すりごま,フライドポテト	しょうが,チューブ,グリーンピース,チンゲンサイ,大根,ねぎ	344kcal 11.0g 14.4g
26(水)	星たべよ	ドライカレー,じゃが芋とコーンのスープ,バナナ	牛乳,チーズ,うす焼サラダ	豚もも肉,ミンチ,豆腐,牛乳,ハイ! チーズ	せんべい,米・精白米,油,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,ピーマン,干しぶどう,カレー粉,クリーム,コーン,パック,ハセリ粉,バナナ	477kcal 17.8g 13.4g
27(木)	チーズ	ご飯,おでん,キャベツとしらすの中華風和え	牛乳,サッポロポテト	ハイ! チーズ,生揚げ,ウインナー,ちくわ,はんぺん,昆布,かつお節,しらす,牛乳	米・精白米,里芋,三温糖,すりごま,ごま油,サッポロポテト	大根,にんじん,キャベツ,きゅうり,コーン,パック	460kcal 19.2g 17.2g
28(金)	味しらべ	食パン,魚の揚げ煮,野菜スープ,ほうれん草のナムル,トマト,牛乳	♡鬼まん	白身魚,ベーコン,牛乳,赤卵	せんべい,食パン,かたくり粉,油,三温糖,じゃがいも,ごま油,すりごま,さつま芋,小麦粉	しょうが,チューブ,チンゲンサイ,にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,もやし,トマト	337kcal 13.0g 11.3g

月平均栄養価 エネルギー 417kcal たんぱく質 14.4g 脂質 13.7g

*材料の都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい。

*砂糖は、漂泊してない三温糖・塩は、天然塩を使用しています。

♡は手作りおやつです。

☆は麦入りごはんを食べます。