

令和7年2月予定献立表

以上児

日付	3日節分メニュー	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	鬼だいじ！カレー (ひき肉、大豆ミート、玉ねぎ、人参、のり) ブロッコリー炒め (ブロッコリー、ウィンナー、コーン) りんご 牛乳	鶏肉のオーロラソース キャベツのり和え (キャベツ、小松菜、人参、のり) みそ汁 (豆腐、大根、油揚げ) ゼリー	長崎ちゃんぽん (豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、味噌、にら) 唐揚げ 中華サラダ (かにかま、もやし、チンゲン菜) バナナ	さばの味噌煮 切干大根ごまサラダ (切干大根、ほうれん草、人参) (もやし、胡瓜、人参) すまし汁 (おつゆ麩、わかめ、玉ねぎ) りんご	チキンカツ コールスローサラダ (キャベツ、ハム、胡瓜、コーン) みそ汁 (なめこ、油揚げ、豆腐) フルーツヨーグルト	
午後おやつ	ビスケット 麦茶 エネルギー：528kcal脂質：14.9g たんぱく質：24.0g塩分：1.5g	◎バナナケーキ 牛乳 エネルギー：554kcal脂質：15.8g たんぱく質：20.3g塩分：1.6g	◎おかかおにぎり 麦茶 エネルギー：513kcal脂質：15.5g たんぱく質：21.5g塩分：1.9g	◎チーズスティック 牛乳 エネルギー：532kcal脂質：20.7g たんぱく質：21.8g塩分：1.7g	◎きなこスノーボール 麦茶 エネルギー：569kcal脂質：21.7g たんぱく質：18.0g塩分：1.5g	
日付	10日	11日	12日	13日	14日クッキング	15日
昼食	ミートボール和風あん マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、人参、コーン) ワンドンスープ (ワンドン、玉ねぎ、人参、にら) りんご	建国記念	豚やきにく (豚肉、玉ねぎ、ピーマン) 厚揚げと根菜煮 (厚揚げ、大根、ごぼう、人参) みそ汁 (里芋、しめじ、長ねぎ) グレープフルーツ	ホッケの塩焼き 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) みそ汁 (かぼちゃ、玉ねぎ、おつゆ麩) ゼリー	ロールパン クリームシチュー (豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、豆腐、小麦粉、コンソメ) ツナマヨ和え (ツナ、キャベツ、人参) パレンティンプリン	
午後おやつ	ビスコ 牛乳 エネルギー：552kcal脂質：18.4g たんぱく質：17.2g塩分：1.7g		◎きなこマフィン 麦茶 エネルギー：552kcal脂質：18.4g たんぱく質：17.2g塩分：1.7g	おからの実かりんとう 麦茶 エネルギー：546kcal脂質：14.5g たんぱく質：20.6g塩分：1.8g	◎たぬきおにぎり 麦茶 エネルギー：587kcal脂質：18.6g たんぱく質：17.9g塩分：1.8g	
日付	17日	18日	19日海外メニュー★	20日	21日★地産地消★	22日
昼食	照り焼きハンバーグ ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、コーン、人参) わかめスープ (わかめ、長ねぎ) グレープフルーツ	鶏肉のごま味噌焼き のり納豆(すいか組パック納豆) すまし汁 (大根、しめじ、おつゆ麩) フルーツヨーグルト	ピピンパドル (ひき肉、ほうれん草、もやし、長ねぎ、人参) チョレギ風サラダ (キャベツ、胡瓜、コーン、のり) 韓国風スープ (わかめ、えのき、長ねぎ) バナナ	さわらポテト焼き ツナサラダ (ツナ、人参、キャベツ) みそ汁 (白菜、長ねぎ、人参) ゼリー	八宝菜 (豚肉、白菜、玉ねぎ、人参) 炒り豆腐 (豆腐、ひき肉、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草) ブロッコリーと魚肉和え (ブロッコリー、お煎りソーセージ、もやし) りんご	
午後おやつ	◎ココアちんすこう 牛乳 エネルギー：544kcal脂質：18.7g たんぱく質：15.3g塩分：1.5g	◎きなこマカロニ 牛乳 エネルギー：580kcal脂質：19.5g たんぱく質：29.1g塩分：1.1g	◎マシュマロトースト 麦茶 エネルギー：543kcal脂質：16.7g たんぱく質：20.0g塩分：1.4g	カルシウムウエハース 牛乳 エネルギー：539kcal脂質：17.4g たんぱく質：19.7g塩分：1.5g	◎もちもちさつまいもケーキ 牛乳 エネルギー：552kcal脂質：18.4g たんぱく質：17.2g塩分：1.7g	
日付	24日	25日	26日	27日★地産地消★	28日	
昼食	振替休日	肉団子トマトソース (肉団子、玉ねぎ、ピーマン) 春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、カニカマ) ころころ野菜スープ (大根、人参、グリーンピース) ポンカン	生姜焼き (豚肉、玉ねぎ) 豆菜サラダ (大豆、キャベツ、チンゲン菜、カニカマ) きのこ汁 (ごぼう、しめじ、えのき) ゼリー	麻婆豆腐 (豆腐、ひき肉、玉ねぎ、しめじ、にら) ほうれん草ごま和え (ほうれん草、白菜、人参) 大根きんぴら (大根、人参) りんご	チャーハン (ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース) ギョーザ わかたまスープ (わかめ、長ねぎ、卵) フルーチェ	
午後おやつ		◎コーンフレックおこし 牛乳 エネルギー：511kcal脂質：18.4g たんぱく質：17.2g塩分：1.7g	◎メロンパントースト 麦茶 エネルギー：566kcal脂質：15.1g たんぱく質：17.0g塩分：1.8g	◎たこやき 牛乳 エネルギー：545kcal脂質：20.1g たんぱく質：22.8g塩分：1.8g	今川焼き 牛乳 エネルギー：531kcal脂質：15.3g たんぱく質：19.5g塩分：1.7g	
日付			2月世界メニュー【 韓国 】			
昼食			韓国料理は薬食同源が根底に根付いています。食べるものは全て薬になるという考え方で、食を重要視している韓国人の食卓には、ご飯、スープ、メイン料理、おかず、キムチが必ず並び、バランスの良さが特長です☆			
午後おやつ						

3歳未満児…エネルギー 460kcal(467) たんぱく質 16.5g(19.8) 脂質 14.3g(13.0) 塩分 1.3g(1.4)  
 3歳以上児…エネルギー 535kcal(574) たんぱく質 19.0g(24.4) 脂質 16.3g(15.9) 塩分 1.6g(1.5)  
 ※ ( ) 内は給与栄養目標値です。栄養価にはごはんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。