



2月献立表



令和6年1月31日
新堀保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未測定	材 料 名 (○は9時15分おやつ ○は午後おやつ)				9時15分おやつ	3時おやつ
			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 木	 節分献立 鬼のキーマカレー コールスロー 牛乳、手作りゼリー	808.6(702.7) 20.3(17.8) 31.7(27.6) 1.9(1.8)	白ご飯、サラダ油	牛乳、豚ひき肉、だい ず、ポークウィンナー	たまねぎ、キャベツ、にん じん、とうもろこし、ホー ルトマト、きゅうり、ビー マン、赤パプリカ、にんに く、しょうが、○幼児野菜 ジュース	カレールウ、米酢、しょ うゆ、食塩、こしょう	野菜ジュース	麦茶 パウムクーヘン
2 金	鶏肉のケチャップ和え、ごま さっぱり和え、りんごゼリー、 すまし汁	273.9(405.6) 15.7(16.1) 12.1(11.4) 1.7(1.5)	○ごめ棒くん、片栗粉、 揚げ油、炒りごま、砂 糖、胚芽米	○牛乳、鶏もも肉、豆 腐、煮干し	りんごゼリー、キャベツ、 たまねぎ、きゅうり、もや し、しいたけ、にんじん、 しょうが	しょうゆ、ケチャップ、 酒、中濃ソース、酢、食 塩	以：ごめ棒くん 未：鬼ポーロ	牛乳 せんべい
3 土	 クリームシチュー すこやかふりかけ 麦茶	248.4(353.1) 11.2(11.8) 11.5(10.9) 1.7(1.5)	じゃがいも、○ハッピー ターン、胚芽米	牛乳、鶏もも肉、バター	たまねぎ、ほうれんそう、 にんじん、しめじ			
5 月	焼き魚、きんぴらごぼう、いよ かん、うどん汁	462.1(558.2) 21.8(22.7) 14.3(13.4) 2.9(2.4)	干しうどん、○ホット ケーキミックス、○砂 糖、しらたき、○揚げ 油、炒りごま、砂糖、○ サラダ油、ごま油、米	○牛乳、鮭切身、さつま 揚げ、○卵、薄揚げ、煮 干し	いよかん、笹がきごぼう、 にんじん、○バナナ、ごま つな、○オレンジジュ ース、ねぎ、しいたけ、○り んご	しょうゆ、酒	りんご	牛乳 オレンジバナナドーナ ツ
6 火	鶏のから揚げ、フロッコリー のおかか和え、バナナ、すまし汁	336.0(418.8) 17.6(18.7) 15.7(14.0) 1.5(1.3)	○チョイスビスケット、 片栗粉、揚げ油、胚芽米	○牛乳、鶏もも肉、豆 腐、さば節、こんぶ、か つお節	バナナ、フロッコリー、と うもろこし、ごまつな、え のきたけ、にんじん、しょ うが	しょうゆ、酒	せんべい	牛乳 ビスケット
7 水	スパニッシュオムレツ、野菜サ ラダ、りんご、すこやかふりか け、かぶのスープ	364.6(459.1) 17.7(17.3) 17.1(14.5) 2.7(2.2)	○食パン、じゃがいも、 サラダ油、胚芽米	牛乳、卵、○ピザ用シュ レッドチーズ、ベーコン スライス、ダイスカット チーズ、○しらす干し、 バター、○刻みのり	りんご、かぶ、キャベツ、 たまねぎ、にんじん、ほう れんそう、きゅうり、○み かん	ケチャップ、コンソメ、 米酢、食塩、食塩、白こ しょう、こしょう	みかん	麦茶 しらすトースト
8 木	塩野菜炒め、焼き餃子、みか ん、みそ汁	302.2(421.0) 18.9(17.6) 14.6(14.3) 1.7(1.2)	片栗粉、ごま油、胚芽米	○牛乳、豚もも肉スライ ス、厚揚げ、米みそ、煮 干し	みかん、はくさい、もや し、たまねぎ、ごまつな、 にんじん、しめじ、しょう が	食塩	ビスコ	牛乳 動物ビスケット
9 金	つくね焼き、ビーフンソーテ、 ゼリー、みそ汁	318.6(421.5) 17.2(17.2) 10.1(9.7) 2.0(1.7)	ビーフン、片栗粉、サラ ダ油、砂糖、炒りごま、 胚芽米	鶏ももひき肉、鶏むねひ き肉、米みそ、豚もも肉 千切り、生わかめ、煮干 し	たまねぎ、キャベツ、れん ごん、にんじん、ビーマ ン、万能ねぎ、しょうが	しょうゆ、酒、中華ス ープの素、食塩、こしょう	ミニゼリー	プリン
10 土	 ハッシュドポーク 麦茶	337.1(430.7) 14.9(15.4) 19.0(17.3) 2.0(1.7)	じゃがいも、胚芽米	牛乳、豚もも肉スライ ス、生クリーム、バター	たまねぎ、にんじん、マッ シュルーム、グリーンピース	ハヤシルウ		
13 火	すき焼き風煮、ハリハリ納豆、 手作りゼリー、みそ汁	547.6(665.3) 20.2(19.9) 19.3(18.8) 2.3(2.0)	○ホットケーキミック ス、しらたき、○砂糖、 砂糖、サラダ油、○炒り ごま、○サラダ油、ごま 油、胚芽米	○牛乳、焼き豆腐、豚肩 ロース、○牛乳調理用、 ひきわり納豆、米みそ、 ○卵、煮干し、芽ひじき	はくさい、だいごん、○か ぼちゃ、にんじん、なめ こ、ほうれんそう、ねぎ、 えのきたけ、切り干しだい ごん	しょうゆ、昆布だし汁	星たべよ	牛乳 かぼちゃと黒ご まの蒸しパン
14 水	ぶりの香味揚げ、ひじきときゅ うりのサラダ、りんご、みそ汁	420.3(563.3) 14.7(16.5) 18.6(18.0) 1.9(1.7)	片栗粉、揚げ油、マヨ ネーズ、焼餅、すりごま 白、胚芽米	フリ、豆腐、○フロース ンホイップ、米みそ、煮 干し、ひじき	りんご、キャベツ、ほうれ んそう、にんじん、にんに く、しょうが、○バナナ	しょうゆ、酒、みりん、 食塩	バナナ	バレンタインゼ リー
15 木	タンダーチキン、フロッコ リーサラダ、みかん、みそ汁	324.7(445.4) 18.2(19.8) 9.5(10.1) 1.6(1.4)	○白ご飯、サラダ油、胚 芽米	○牛乳、鶏もも肉、米み そ、生わかめ、○薄揚 げ、煮干し、フレーン ヨーグルト、○芽ひじき	みかん、だいごん、フロ ッコリー、キャベツ、○にん じん、にんじん、たまね ぎ、しょうが、にんにく	○昆布だし汁、ケチャッ プ、○しょうゆ、酢、○ みりん、食塩、カレー 粉、こしょう	アスパラガスビス ケット	牛乳 ひじきおにぎり
16 金	豚肉の生姜焼き、ポテトサラ ダ、みかん、みそ汁	413.1(512.7) 20.3(19.9) 25.4(22.0) 2.0(1.7)	じゃがいも、○ぎょうざ の皮、マヨネーズ、○揚 げ油、缶、○薄力粉、サ ラダ油、胚芽米	○牛乳、豚肩ローススラ イス、豚もも肉スライ ス、○ウインナー、米み そ、薄揚げ、ローズハ ム、煮干し	みかん、たまねぎ、キャ ベツ、とうもろこし、しめ じ、ピーマン、にんじん、 きゅうり、しょうが、にん じく、○バナナ	しょうゆ、みりん、食 塩、カレー粉、こしょう	バナナ	牛乳 ウインナーぎょ うざ
17 土	 豚丼、麦茶	172.7(289.6) 10.2(11.0) 6.8(6.8) 0.7(0.6)	しらたき、砂糖、胚芽米	豚もも肉	たまねぎ、にんじん、しめ じ、笹がきごぼう、しょう が	しょうゆ、酒		
19 月	おでん、生姜醤油和え、ゼ リー、すこやかふりかけ	344.1(458.3) 19.0(18.9) 14.3(13.1) 2.7(2.3)	○じゃがいも、板こんに ゃく、○片栗粉、砂 糖、○サラダ油、胚芽米	○牛乳、厚揚げ、うずら 卵水煮、焼くわ、○チ ーズ、さつま揚げ、○ ベーコンスライス、煮干 し、こんぶ	だいごん、キャベツ、にん じん、ごまつな、○たま ねぎ、○にんじん、しょう が、○りんご	しょうゆ、酒、みりん、 ○食塩	りんご	牛乳 チーズ入りじゃ がいもおやき
20 火	豚肉の香味焼き、大根サラ ダ、みかん、みそ汁	367.0(473.1) 18.9(18.7) 21.0(19.7) 1.8(1.5)	サラダ油、すりごま、胚 芽米、○ソフトサラダ せんべい	○牛乳、豚もも肉、厚揚 げ、米みそ、生わかめ、 ベーコン・千切り、煮干 し	みかん、だいごん、たま ねぎ、きゅうり、ねぎ、し ょうが、にんにく	しょうゆ、みりん、酢	せんべい	牛乳 クッキー
21 水	豆腐入りチキンナゲット、春雨 サラダ、ヨーグルト、みそ汁	558.3(633.1) 21.9(21.7) 30.2(25.8) 2.1(1.8)	○ホットケーキミック ス、揚げ油、○砂糖、ほ るさめ、薄力粉、パン 粉、砂糖、ごま油、胚芽 米	○牛乳パック、ヨーグル ト、鶏むねひき肉、豆 腐、○卵、○バター、米 みそ、○牛乳調理用、煮 干し	かぼちゃ、もやし、たま ねぎ、キャベツ、にんじん、 ○バナナ	ケチャップ、しょうゆ、 酢、食塩、こしょう	バナナ	牛乳 手作りマフィン
22 木	さばの味噌焼き、すき昆布の含 め煮、りんご、のっぺい汁	431.2(550.6) 22.2(23.3) 19.1(18.3) 2.9(2.5)	さといも、○白ご飯、し らたき、片栗粉、サラ ダ油、○サラダ油、砂糖、 ○砂糖、胚芽米	○牛乳、さば、○豚ひき 肉、さつま揚げ、○ピザ 用シュレッドチーズ、米 みそ、薄揚げ、煮干し、 すき昆布	りんご、だいごん、にんじ ん、○たまねぎ、ねぎ、ご ぼう、○グリーンピース、○ いよかん	しょうゆ、みりん、○ケ チャップ、酒、○ウス ターソース、○しょう ゆ、食塩	いよかん	牛乳 ミートドリア
24 土	 ポークカレー、麦茶	302.3(402.9) 13.4(14.1) 17.4(16.1) 1.6(1.3)	じゃがいも、胚芽米	牛乳、豚もも肉、牛乳、 バター	たまねぎ、にんじん、グリ ンピース	カレールウ		
26 月	たらのみそマヨ焼き、大根きん ぴら、みかん、ふわふわスープ	237.2(379.6) 15.4(17.1) 9.1(8.9) 1.5(1.3)	じゃがいも、マヨネ ーズ、砂糖、パン粉、ごま 油、炒りごま、胚芽米	○ヨーグルト、たら切 身、卵、ベーコンスライ ス、粉チーズ、薄揚げ、 米みそ	みかん、だいごん、たま ねぎ、にんじん、しめじ、赤 パプリカ、黄パプリカ、○ ミニゼリー	昆布だし汁、しょうゆ、 コンソメ、パセリ、食 塩、こしょう	ミニゼリー	ヨーグルト
27 火	しょうまい、野菜炒め、バナ ナ、豚汁	450.4(518.4) 24.8(22.4) 20.3(16.9) 2.6(2.0)	○食パン、つきごん、サ ラダ油、胚芽米	○牛乳、豚もも肉スライ ス、厚揚げ、○ピザ用 シュレッドチーズ、○ ローズハム、ベーコン、 米みそ、煮干し	バナナ、キャベツ、だいご ん、にんじん、たまねぎ、 しめじ、笹がきごぼう、ね ぎ、○ピーマン、○みかん	○ケチャップ	みかん	牛乳 ピザトースト
28 水	 誕生会献立 幸せケチャップライス フレンチサラダ 大根スープ ゼリーアラモード	663.6(620.3) 12.9(11.6) 14.8(13.3) 1.4(1.3)	白ご飯、サラダ油	鶏もも肉、フロース ンホイップ、バター	だいごん、とうもろこし、 キャベツ、ほうれんそう、 たまねぎ、黄パプリカ、 ピーマン、にんじん、しい たけ、○こども充実野菜	ケチャップ、コンソメ、 しょうゆ、米酢、食塩、 こしょう	野菜ジュース	麦茶 誕生会デザート
29 木	 親子煮、浅漬け りんご、みそ汁	377.3(487.0) 20.6(20.3) 16.2(14.6) 2.0(1.7)	○さつまいも、○砂糖、 ○揚げ油、砂糖、胚芽米	○牛乳、卵、厚揚げ、鶏 もも肉、かまぼこ、米み そ、煮干し、こんぶ	りんご、たまねぎ、はくさ い、にんじん、チンゲンサ イ、しいたけ、きゅうり、 グリーンピース、○いよかん	しょうゆ、清酒、みり ん、食塩	いよかん	牛乳 いもけんぴ

※食材の納品状況により、献立が変更になる場合があります。

※緑色の字は、手作りおやつです。

※オレンジ色の字は完全給食の日です。

※スプーンの方が食べやすい献立に、 (スプーン) のマークが付いています。

