

# 2月予定献立表

令和6年度

末広こども園





日	曜	行事予定	10時おやつ	お昼	15時おやつ	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g	体を作る食材	熱や力のもとになる食材	体の調子を整える食材	
1	土		煎餅	バナナ	煎餅	未 以	328 362	8.7 10.7	6.8 8.1	51 62	0.9 1.2		バナナ	
2	日													
3	月	節分 身体測定	牛乳	さばの味噌煮 鉄分サラダ オレンジ けんちん汁	抹茶あずきマフィン	未 以	549 619	35.4 40.7	13 12.3	469 477	2 2.2	さば・ハム 豆腐・チーズ	片栗粉 さといも	しょうが・にんじん・ひじき・ほうれん草・オレンジ だいこん・ごぼう
4	火		牛乳	ミートローフ ツナサラダ 金平ごぼう 味噌汁	ゆかりおにぎり	未 以	465 515	18 19	8 6.2	149 77	1.8 2	豚ひき肉・鶏ひき肉 卵・ツナ 牛乳・さつま揚げ	パン粉 ふ	たまねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン ごぼう・こまつな・えのき
5	水	おやつ試食会 きくA	牛乳	野菜肉みそ ブロッコリーサラダ マカロニソテー 味噌汁	ピザトースト	未 以	440 485	17.3 18.3	10.6 9.6	144 71	2 2.2	豚ひき肉・ツナ ウインナー	ごま油・片栗粉 マカロニ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・ブロッコリー・万能ねぎ きゅうり・コーン・ピーマン・もずく・わかめ
6	木	おやつ試食会 きくB	牛乳	大根の味噌煮込み カレービーフン もやしとコーンのお浸し 味噌汁	甘食パン	未 以	493 572	15.3 16	15.7 15.7	197 137	1.5 1.7	豚肉・生揚げ ちくわ・さつま揚げ	こんにゃく ビーフン	だいこん・にんじん・たまねぎ・ピーマン・もやし きゅうり・コーン・葉だいこん・なめこ・はくさい
7	金		牛乳	鶏のからあげ ごま酢和え バナナ 味噌汁	さつまいも蒸しパン	未 以	527 605	16.3 17.3	16.3 16.5	206 152	0.8 0.9	鶏肉 ツナ・油揚げ	片栗粉・油 ごま	にんにく・しょうが・ほうれん草・にんじん・コーン バナナ・だいこん・しめじ
8	土		煎餅	パン バナナ	煎餅	未 以	328 362	8.7 10.7	6.8 8.1	51 62	0.9 1.2		バナナ	
9	日													
10	月		牛乳	豆入りドライカレー もやしの中華サラダ がんも煮 味噌汁	きつねうどん	未 以	611 620	24.2 28.3	15.6 17.7	378 389	1.6 2	豚ひき肉・大豆 がんも・ハム	片栗粉 ごま	たまねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく・もやし きゅうり・チンゲン菜・なめこ・ごぼう
11	火			建国記念の日								さわら ハム	マヨネーズ	にんにく・しょうが・万能ねぎ・にんじん・きゅうり オレンジ・だいこん・えのき・葉だいこん
12	水		牛乳	さわらの香味焼き マカロニサラダ オレンジ 味噌汁	わかめおにぎり	未 以	510 571	16.2 17	12.4 11.8	122 43	1.7 2.1			
13	木	おやつ試食会 たんぼぼ	牛乳	豚肉と大豆の中華煮 中華サラダ 厚揚げ煮 味噌汁	マヨシュガートースト	未 以	464 513	16.2 17.1	11.3 10.5	167 98	1.5 2.2	豚肉・大豆 生揚げ	ごま油	たけのこ・にんじん・しいたけ・たまねぎ・ねぎ・チンゲン菜・しょうが キャベツ・きゅうり・わかめ・こまつな・しめじ
14	金	おやつ試食会 ちゅうりっぷ	牛乳	ハートハンバーグ 花野菜サラダ バナナ コーンスープ	じゃこチーストースト	未 以	389 419	13.4 13.3	8.6 6.8	199 139	2 2.2	牛乳		ブロッコリー・カリフラワー・コーン・きゅうり バナナ
15	土		煎餅	パン バナナ	煎餅	未 以	328 362	8.7 10.7	6.8 8.1	51 62	0.9 1.2		バナナ	
16	日													
17	月	おやつ試食会 さくらA	牛乳	鶏の竜田焼き イタリアンサラダ 刻み昆布煮 味噌汁	ちんすこう	未 以	491 547	16.2 17.2	18.6 19.6	138 63	1.3 1.6	鶏肉・さつま揚げ 油揚げ	片栗粉・ごま さといも	しょうが・にんにく・ブロッコリー・にんじん コーン・きゅうり・昆布・もやし・万能ねぎ
18	火	おやつ試食会 さくらB	牛乳	厚揚げのそぼろ煮 パスタサラダ ツナ大根 味噌汁	もちもちパン	未 以	492 548	16.1 17.2	13.4 13	241 191	2 2.2	生揚げ・ツナ 鶏ひき肉	片栗粉・パスタ さといも・ごま	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり コーン・だいこん・キャベツ・にら
19	水		牛乳	ポークチャップ もやしナムル 切干大根 味噌汁	五平もち	未 以	562 635	17.2 18.7	11.8 11.1	153 81	1.8 1.9	豚肉・油揚げ	ごま油	にんじん・たまねぎ・ピーマン・しめじ・にんにく・もやし・コーン ほうれん草・だいこん・しいたけ・なめこ・はくさい・わかめ
20	木	おやつ試食会 すみれA	牛乳	あじのごま味噌焼き ジャーマンポテト バナナ 味噌汁	黒糖蒸しパン	未 以	435 476	18 19.3	9.1 7.6	157 86	1.5 2.1	あじ ウインナー	じゃがいも ふ・ごま	たまねぎ・ピーマン・バナナ・ほうれん草・もずく
21	金	子育て試食会 おやつ試食会すみれB	牛乳	麻婆豆腐 かみかみごぼうサラダ オレンジ 味噌汁	きなこ揚げパン	未 以	509 569	16.4 17.2	15.3 15.3	244 195	2 2.3	豆腐・豚ひき肉 さきいか・油揚げ	ごま油・片栗粉 ごま・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・エリンギ・しょうが・にんにく ごぼう・きゅうり・オレンジ・だいこん・だいこん葉
22	土		煎餅	パン バナナ	煎餅	未 以	328 362	8.7 10.7	6.8 8.1	51 62	0.9 1.2		バナナ	
23	日			天皇誕生日										
24	月			振替休日										
25	火		牛乳	根菜入りつくね 栄養納豆 胡瓜の塩昆布和え 味噌汁	マカロニあべかわ	未 以	447 492	19.2 20.9	10.3 9.2	167 99	2 2.2	鶏ひき肉・卵 豚ひき肉・納豆	パン粉・片栗粉 ごま油・ふ	れんこん・たまねぎ・にんじん・きゅうり・こんにゃく こまつな・わかめ
26	水	地域試食会	牛乳	チキンカレー 韓国風サラダ バナナ 牛乳	メープルマフィン	未 以	467 552	13 13.8	17.6 18.2	233 182	2 2.1	鶏肉 牛乳	じゃがいも ごま油	にんじん・たまねぎ・にんにく・キャベツ・もやし きゅうり・コーン・のり・バナナ
27	木		牛乳	豚肉と野菜の炒め物 さつまいもサラダ ひじき煮 味噌汁	菜めしおにぎり	未 以	500 558	15.9 16.4	10.4 9.3	194 133	1.5 1.8	豚肉・チーズ 大豆・さつま揚げ	ごま油・さつまいも ごま・こんにゃく	にんじん・たまねぎ・にんにく・しょうが・キャベツにら・もやし コーン・きゅうり・ひじき・なめこ・しめじ・はくさい
28	金		牛乳	白身魚フライ バンバンジー オレンジ 味噌汁	焼きそば	未 以	450 495	16.9 18.2	12.9 12.2	168 100	1.9 2	たら・豆腐 ささみ	パン粉・小麦粉 ごま・ごま油	もやし・きゅうり・にんじん・オレンジ・たまねぎ チンゲン菜

\*材料入手の都合により、一部献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

令和6年度

# 2月予定献立表

末広こども園 離乳食

日	曜	行事予定	主食	お昼	後期	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	15時おやつ	使用食材
1	土		パンがゆ	バナナ		121	2.2	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ
2	日										
3	月	節分 身体測定	おかゆ	味噌汁 里芋の煮物 オレンジ	豆腐	122	2.1	0.1	0.1	かぼちゃ煮	にんじん・ほうれん草・だいこん・さといも・オレンジ
4	火		おかゆ	味噌汁 キャベツの煮物	鶏ささみ	121	2.1	0.1	0.1	おかゆ (おかか、しょうゆ)	キャベツ・にんじん・たまねぎ・こまつな
5	水	おやつ試食会 きくA	おかゆ	味噌汁 ブロッコリーの煮物	たら	122	2.1	0.1	0.1	マカロニ煮	ブロッコリー・にんじん・たまねぎ・さつまいも
6	木	おやつ試食会 きくB	おかゆ	味噌汁 大根の煮物	しらす	122	2.2	0.1	0.1	ハイハイ	だいこん・にんじん・たまねぎ・はくさい
7	金		おかゆ	味噌汁 ほうれん草の煮物	鶏ささみ	122	2.1	0.1	0.1	蒸しパン	ほうれん草・にんじん・だいこん・じゃがいも・バナナ
8	土		パンがゆ	バナナ		121	2.2	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ
9	日										
10	月		おかゆ	味噌汁 かぼちゃの煮物	たら	121	2.1	0.1	0.1	煮込みうどん	たまねぎ・にんじん・チンゲン菜・かぼちゃ
11	火			建国記念の日							
12	水		おかゆ	味噌汁 さつまいもの煮物 オレンジ	しらす	120	2	0.1	0.1	おかゆ (みそ)	にんじん・だいこん・ブロッコリー・さつまいも・オレンジ
13	木	おやつ試食会 たんぼぼ	おかゆ	味噌汁 小松菜の煮物	鶏ささみ	121	2	0.1	0.1	食パン	にんじん・たまねぎ・キャベツ・こまつな
14	金	おやつ試食会 ちゅうりっぷ	おかゆ	味噌汁 玉ねぎの煮物 バナナ	たら	122	2.1	0.1	0.1	食パン	ブロッコリー・さといも・ほうれん草・たまねぎ・バナナ
15	土		パンがゆ	バナナ		121	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ 
16	日										
17	月	おやつ試食会 さくらA	おかゆ	味噌汁 チンゲン菜の煮物	鶏ささみ	122	2.2	0.1	0.1	じゃがいも煮	ブロッコリー・にんじん・さといも・チンゲン菜
18	火	おやつ試食会 さくらB	おかゆ	味噌汁 だいこんの煮物	しらす	122	2.2	0.1	0.1	スパゲッティ煮	にんじん・だいこん・たまねぎ・キャベツ
19	水		おかゆ	味噌汁 はくさいの煮物	たら	120	2	0.1	0.1	おかゆ (みそ)	にんじん・たまねぎ・ほうれん草・はくさい
20	木	おやつ試食会 すみれA	おかゆ	味噌汁 じゃがいもの煮物 バナナ	鶏ささみ	121	2.1	0.1	0.1	蒸しパン	じゃがいも・たまねぎ・ほうれん草・ブロッコリー・バナナ
21	金	子育て試食会 おやつ試食会すみれB	おかゆ	味噌汁 さつまいもの煮物	豆腐	121	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	たまねぎ・にんじん・だいこん・さつまいも・オレンジ
22	土		パンがゆ	バナナ		122	2.2	0.1	0.1	ハイハイ	バナナ
23	日			天皇誕生日							
24	月			振替休日							
25	火		おかゆ	味噌汁 赤ちゃん納豆	納豆	121	2.1	0.1	0.1	マカロニ煮	たまねぎ・にんじん・こまつな・さといも
26	水	地域試食会	おかゆ	味噌汁 キャベツの煮物 バナナ	鶏ささみ	122	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	にんじん・たまねぎ・じゃがいも・キャベツ・バナナ
27	木		おかゆ	味噌汁 たまねぎの煮物	しらす	121	2.2	0.1	0.1	おかゆ (おかか、しょうゆ)	さつまいも・たまねぎ・はくさい・キャベツ
28	金		おかゆ	味噌汁 かぼちゃの煮物 オレンジ	豆腐	122	2.1	0.1	0.1	じゃがいも煮	たまねぎ・チンゲン菜・にんじん・かぼちゃ・オレンジ



\*材料入手の都合により、一部献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。