令和５年度　２　月　分　給　食　献　立　表

社会福祉法人えどがわ　葛西第二おひさま保育園

日	曜	献立名	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ） 血や肉をつくる	熱や力となる	体の調子をよくする
１５・２９	木	さつまいもパン ミラノ風カツレツ オイスター炒め　　牛乳 ジュリアンスープ　　フルーツカクテル	お茶 さつまいもごはんおにぎり	鶏肉、卵、チーズ、豚肉、卵、かつお節 牛乳、ウインナー	パン、小麦粉、パン粉、油、砂糖、ごま油 米、さつまいも、ごま	ブロッコリー、玉ねぎ、ピーマン、きゃべつ みかん缶、パイン缶、バナナ、大根
２ 節分献立	金	赤鬼ライス 鬼の金棒ハンバーグ ブロッコリーとチーズサラダ ポテトスープ	牛乳 手作り恵方巻ロール	ベーコン、ちくわ、卵、豚肉、豆腐 チーズ、鶏肉、かつお節、牛乳	米、バター、せんべい、砂糖、じゃがいも パン、ホイップクリーム	玉ねぎ、ひじき、人参、ブロッコリー 小松菜、バナナ、みかん缶
３・１７	土	サンマー麺 手作りしゅうまい みかん缶	牛乳 アメリカンドッグ	豚肉、かつお節、ウインナー、牛乳	中華麺、油、ごま油、砂糖 蒸しパンミックス	玉ねぎ、白菜、人参、きくらげ、もやし、コーン みかん缶
５・１９	月	ごはん ほっけ塩焼き　　白菜ごま和え おでん えのきと油揚げみそ汁	牛乳 鬼まんじゅう	ほっけ、しらす、鶏肉、さつま揚げ 油揚げ、みそ、牛乳、かつお節	米、ごま、砂糖、油、じゃがいも、さつまいも 小麦粉	白菜、小松菜、人参、大根、えのき、しめじ わかめ
６・２０	火	五目うどん 手作りがんも カップヨーグルト	牛乳 ライスコロッケ	鶏肉、かつお節、なると、豆腐、ツナ 卵、ヨーグルト、牛乳、チーズ	うどん、里芋、砂糖、長芋、ごま油、油 米、パン粉	大根、人参、干しいたけ、ほうれん草 ひじき
７・２１	水	クロワッサン カレーシチュー 鶏肉手羽先焼き（１・２歳児:鶏肉切り身） コールスローサラダ　りんご　牛乳	お茶 マーラーカオ	豚肉、牛乳、チーズ、生クリーム、鶏肉 卵	パン、じゃがいも、さつまいも、マカロニ 油、小麦粉、バター、砂糖、蒸しパンミックス ごま	人参、玉ねぎ、きゃべつ、きゅうり、ブロッコリー りんご
８・２２	木	ごはん ジャージャー豆腐 じゃこのカリカリサラダ わかめスープ	牛乳 フレンチトースト	豆腐、豚肉、大豆、みそ、しらす かつお節、牛乳、卵	米、油、ごま油、砂糖、わんたん皮 じゃがいも、ごま、食パン、バター	玉ねぎ、人参、たけのこ、きゅうり、切干大根 コーン、わかめ、ほうれん草、ねぎ
９・２６	金・月	オムライス 焼肉サラダ コーンと卵スープ　　みかん	牛乳 焼きいも	鶏肉、卵、豚肉、牛乳	米、油、バター、ごま、さつまいも 砂糖	玉ねぎ、マッシュルーム、人参、きゃべつ きゅうり、コーン、みかん
１０・２４	土	チンジャオロース丼 シルバーサラダ わかめともやしみそ汁	牛乳 ツナスパゲティ	豚肉、ハム、豆腐、みそ、かつお節 ツナ、牛乳	米、油、ごま油、砂糖、春雨、スパゲティ ノンエッグマヨネーズ、バター	ピーマン、人参、玉ねぎ、きゅうり、きゃべつ わかめ、もやし
１３・２７	火	みそラーメン チキンフレーク焼き さつまいもの甘煮 りんご	牛乳 麩ラスク	豚肉、みそ、鶏肉、牛乳	中華麺、油、砂糖、ごま油、ごま、パン粉 ノンエッグマヨネーズ、コーンフレーク さつまいも、麩、小麦粉、バター	もやし、きゃべつ、玉ねぎ、人参、にら りんご
14 バレンタイン	水	カレーソーススパゲティ 白菜とりんごのヨーグルトサラダ 豆乳と卵スープ いよかん	牛乳 バナナブラウニー	豚肉、大豆、チーズ、ヨーグルト 豆乳、卵、かつお節、牛乳	スパゲティ、油、砂糖、小麦粉	玉ねぎ、人参、コーン、白菜、りんご しめじ、えのき、ねぎ、いよかん、バナナ
１６・２８ ふりかけの日	金・水	ごはん サーモンフライ　タルタルソース 人参とチーズサラダ 肉じゃが　　豆腐とわかめみそ汁	牛乳 フルーツ盛合せ	鮭、卵、チーズ、豚肉、かつお節、豆腐 油揚げ、みそ、牛乳	米、小麦粉、パン粉、油、タルタルソース 砂糖、じゃがいも、白滝	人参、きゃべつ、きゅうり、玉ねぎ わかめ、ねぎ、バナナ、みかん、りんご
１ お誕生日献立	木	ハンバーグドリア みそドレッシングサラダ コーンポタージュスープ フルーツヨーグルト	牛乳 鬼さんプリン	豚肉、鶏肉、牛乳、チーズ、ツナ、みそ ヨーグルト、ベーコン	米、油、小麦粉、バター、ごま、砂糖 ごま油、プリン素、ホイップクリーム	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ブロッコリー ピーマン、コーン、いちご、きゃべつ もも缶、バナナ、パイン缶
		――――― ――――― ―――――				

	塩　分（ｇ）	エネルギー(kcal)	たんぱく質（ｇ）	脂　質（ｇ）
＊３歳未満児	1.5	450	19	17
＊３歳以上児	2	547	23	19

＊１０時おやつ・・１・2歳児には牛乳がつきます。

※献立などは材料や仕入れの関係で変更する場合がございます。

＊2月７・２１日・・【鶏肉手羽先】　１・２歳児は鶏肉切り身で提供します。

＊2月９・２６日・・【みかん】　入荷次第で、うんしゅうみかん→いよかんに変更になります。