

令和5年度

2月分給食献立表

社会福祉法人えどがわ 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
1・29	木	さつまいもパン ミラノ風カツレツ オイスター炒め ジュリアンスープ 牛乳 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、さつまいも揚げ 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
15 お誕生日献立		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。

