

令和7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   | 昼食献立名                                                       | 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                                       |
| 2・16                                                                                       | 月   | ハヤシライス<br>ツナサラダ<br>小松菜スープ                                   | 牛乳<br>納豆スナック      | 豚肉、生クリーム、ツナ、鶏肉、牛乳<br>かつお節、納豆          | 米、砂糖、ごま油、油、じゃがいも、バター<br>小麦粉、餃子皮                          | 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ひじき、きゃべつ<br>ブロッコリー、えのき、小松菜、ほうれん草 |
| 3<br>節分献立                                                                                  | 火   | おにさんごはん（そぼろ飯）<br>エビフライ<br>打ち豆入りひじきの炒り煮<br>けんちん汁             | 牛乳<br>セルフ恵方巻      | 豚肉、大豆、えび、油揚げ、かつお節、鶏肉<br>牛乳、ツナ、かまぼこ    | 米、油、砂糖、せんべい、ごま油、ごま、里芋<br>ノンエッグマヨネーズ                      | 玉ねぎ、ひじき、大根、人参、ごぼう、ほうれん草<br>きゅうり、海苔              |
| 4・17<br>ふりかけの日                                                                             | 水・火 | ごはん<br>鯖のごまみそ焼き    ブロッコリーおかか和え<br>焼肉サラダ<br>白菜と豆腐みそ汁         | 牛乳<br>ホットドッグ      | 鯖、みそ、かつお節、豚肉、豆腐、牛乳<br>ウインナー           | 米、油、砂糖、ごま、パン                                             | ブロッコリー、きゃべつ、人参、きゅうり、白菜<br>玉ねぎ                   |
| 5・19                                                                                       | 木   | さつまいもパン<br>焼メンチカツ    ポテトカルボナーラ<br>フルーツヨーグルト<br>コーンスープ    牛乳 | お茶<br>小松菜おにぎり     | 豚肉、卵、ベーコン、牛乳、生クリーム、ヨーグルト<br>しらす       | パン、小麦粉、パン粉、油、じゃがいも、バター<br>砂糖、米、ごま油                       | 玉ねぎ、人参、きゃべつ、ひじき、バター、もも缶<br>コーン、しめじ、小松菜          |
| 6・20                                                                                       | 金   | カレーうどん<br>チキンフレーク焼き<br>小松菜ごま和え<br>いよかん                      | 牛乳<br>バニラケーキ      | 豚肉、油揚げ、鶏肉、牛乳、かつお節                     | うどん、油、パン粉、ノンエッグマヨネーズ<br>コーンフレーク、ごま、砂糖、バニラアイス<br>蒸しパンミックス | 玉ねぎ、人参、大根、しめじ、小松菜、もやし<br>いよかん                   |
| 7・21                                                                                       | 土   | 豚丼<br>コールスローサラダ<br>大豆ナゲット<br>ビーフンスープ                        | 牛乳<br>レーズンパン粉クッキー | 豚肉、大豆、鶏肉、かつお節、牛乳                      | 米、砂糖、油、ごま油、小麦粉、パン粉、バター                                   | 玉ねぎ、エリンギ、人参、きゃべつ、きゅうり<br>白菜、わかめ、ねぎ              |
| 9                                                                                          | 月   | ごはん<br>チキンごまヨーグルト焼    ブロッコリーサラダ<br>チャプチェ<br>かぼちゃみそ汁         | 牛乳<br>きな粉トースト     | 鶏肉、ヨーグルト、チーズ、ハム、油揚げ、みそ<br>かつお節、牛乳、きな粉 | 米、ごま、砂糖、ノンエッグマヨネーズ、春雨<br>ごま油、パン、バター                      | ブロッコリー、ピーマン、きゃべつ、小松菜、もやし<br>かぼちゃ、玉ねぎ            |
| 10・24                                                                                      | 火   | とんこつラーメン<br>手作りシュウマイ<br>白菜ゆず和え<br>バナナ                       | 牛乳<br>ごはんせんべい     | 豚肉、なると、かつお節、豆乳、牛乳                     | 中華麺、油、ごま、砂糖、ごま油、しゅうまい皮<br>米                              | 人参、もやし、コーン、きゃべつ、玉ねぎ、干しいたけ<br>白菜、バナナ             |
| 12・26                                                                                      | 木   | ごはん<br>松風焼き    さつまいも甘煮<br>納豆和え<br>豆腐とほうれん草みそ汁               | 牛乳<br>フレークスナック    | 豚肉、鶏肉、豆腐、卵、みそ、納豆、かつお節<br>牛乳           | 米、砂糖、パン粉、ごま、さつまいも、麩<br>コーンフレーク、バター、マシュマロ                 | ひじき、玉ねぎ、小松菜、人参、もやし、ほうれん草                        |
| 13<br>バレンタイン献立                                                                             | 金   | トマトライスのクリームソース<br>ハートハンバーグ<br>キラキラジュレサラダ<br>豆腐と卵スープ    バナナ  | 牛乳<br>ココアオートミールバー | 鶏肉、牛乳、豚肉、卵、かつお節、豆腐                    | 米、小麦粉、バター、油、小麦粉、パン粉、<br>じゃがいも、砂糖、オートミール                  | 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、きゅうり、コーン<br>だけのこ、小松菜、バナナ         |
| 28                                                                                         | 土   | ちゃんこ風うどん<br>チーズタッカルビ<br>みかん缶                                | 牛乳<br>マラーカオ       | 豚肉、油揚げ、かつお節、みそ、鶏肉、チーズ<br>卵、牛乳         | うどん、油、さつまいも、ごま油、砂糖<br>蒸しパンミックス                           | 白菜、人参、大根、ねぎ、ほうれん草、玉ねぎ<br>きゃべつ、みかん缶              |
| 18<br>わくわく献立                                                                               | 水   | オムライス<br>鶏肉唐揚げ    れんこんサラダ<br>ABCスープ<br>ももデザート               | 牛乳<br>いちごクリームパイ   | 卵、ちくわ、鶏肉、豚肉、かつお節、牛乳<br>ホイップクリーム       | 米、油、バター、砂糖、ノンエッグマヨネーズ<br>じゃがいも、マカロニ、デザートベース、パイシート<br>ごま  | 玉ねぎ、マッシュルーム、れんこん、人参、もも缶<br>いちご                  |
| 25                                                                                         | 水   | ピザトースト<br>おひさまクロック<br>チキンカレーサラダ<br>キャロットポタージュ    牛乳         | お茶<br>いなりすし       | チーズ、鶏肉、牛乳、生クリーム、油揚げ、ハム                | パン、小麦粉、パン粉、油、ノンエッグマヨネーズ<br>バター、砂糖、米                      | コーン、ピーマン、かぼちゃ、きゃべつ、人参<br>玉ねぎ、きゅうり               |
| 27<br>誕生日献立                                                                                | 金   | チキンとトマトのパスタ<br>ポパイサラダ<br>コロコロスープ<br>いちごバナナヨーグルト             | 牛乳<br>黒糖ときなこのドーナツ | 鶏肉、生クリーム、ハム、豆腐、ヨーグルト<br>牛乳、きな粉        | スパゲティ、砂糖、バター、じゃがいも<br>蒸しパンミックス、油                         | 玉ねぎ、マッシュルーム、しめじ、ほうれん草<br>きゃべつ、もやし、人参、バナナ、いちご    |
| 魚解体献立                                                                                      |     | ごはん<br>魚の照り焼き    白菜としらす和え<br>肉じゃが<br>具たくさん汁                 | 牛乳<br>ラーメン        | 鮭、しらす、豚肉、生揚げ、かつお節、豆腐、みそ<br>牛乳、なると     | 米、砂糖、ごま油、じゃがいも、白滝、中華麺<br>ごま油                             | 白菜、小松菜、人参、玉ねぎ、大根、えのき<br>ねぎ、もやし、コーン              |
| 14<br>新入園児説明会<br>ふりかけの日                                                                    | 土   | ごはん<br>鮭のちゃんちゃん焼き<br>大根と生揚げのそぼろ煮<br>麩のすまし汁    いよかん          | 牛乳<br>ハムとチーズ蒸しパン  | 鮭、みそ、生揚げ、鶏肉、かつお節、牛乳<br>ハム、チーズ、卵       | 米、砂糖、バター、麩、蒸しパンミックス                                      | きゃべつ、人参、えのき、しめじ、大根、ねぎ<br>小松菜、いよかん               |
|                                                                                            |     |                                                             |                   | 法人給食キャッチコピー    いただきますをたのしみに☀️         |                                                          |                                                 |
|  *3歳未満児 |     |                                                             | 塩   分（g）          | エネルギー(kcal)                           | たんぱく質（g）                                                 | 脂   質（g）                                        |
|                                                                                            |     |                                                             | 1.7               | 443                                   | 19.7                                                     | 15.7                                            |
| *3歳以上児                                                                                     |     |                                                             | 2                 | 506                                   | 22.2                                                     | 16.7                                            |

\*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。