



令和4年2月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火		水		木		金		土	
凡例	給食献立	1	ごはん さわらの味噌マヨ焼き いんげんの胡麻和え 五目煮豆 きのこのすまし汁	2	ごはん 牛肉とじゃがいものカレー炒め マロニーのさっぱり和え 油揚げと人参の味噌汁	3	恵方巻き(乳児:細巻き) いわしの蒲焼風 白菜とキャベツの塩昆布和え お麩となめこの赤だし	4	ごはん 鶏のすき焼き風煮★ きゅうりとわかめの酢の物 人参と玉ねぎの味噌汁	5	トマトたっぷりハヤシライス りんご
午前 おやつ (乳児)		小魚 牛乳	バナナ 牛乳	マンナ ビスケット 牛乳	オレンジ 牛乳	お茶	豚肉				
午後 おやつ		りんごの ヨーグルト ケーキ	風の子ごまめ 牛乳	鬼まんじゅう 牛乳	水ようかん 牛乳	市販菓子 お茶	豚肉				
	赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類	さわら,みそ,大豆,(ヨーグルト,卵)	牛肉,油揚げ,みそ,(かたくちいわし)	高野豆腐,卵,シーチキン,いわし,赤みそ,(牛乳)	鶏肉,焼き豆腐,ちりめんじゃこ,みそ	豚肉					
	緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類	にんじん,サニーレタス,さやいんげん,ごぼう,昆布,しいたけ,しめじ,えのき,青ねぎ(りんご)	玉ねぎ,パプリカ,にんじん,きゅうり,きくらげ,わかめ,青ねぎ	にんじん,干しいたけ,焼きのり,きゅうり,白菜,キャベツ,塩昆布,しょうが,ミニトマト,ピーマン,なめこ,青ねぎ	白菜,玉ねぎ,しいたけ,白ねぎ,きゅうり,わかめ,青ねぎ	にんじん,玉ねぎ,マッシュルーム,トマト,りんご					
	黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類	米,マヨネーズ,白ごま,こんにゃく,三温糖(小麦粉三温糖,サラダ油)	米,じゃがいも,三温糖,サラダ油,マロニー(コーフレーク,白ごま,三温糖)	米,三温糖,マヨネーズ,麩(小麦粉,さつまいも,三温糖,サラダ油)	米,糸こんにゃく,三温糖,(こしあん)	米,サラダ油,ケチャップ,ハヤシルウ					
7	食パン かわいいムニエル バターコーン さつまいもの甘煮 ミルクスープ	8	カレーライス 白菜とりんごのシャキシャキサラダ オレンジ	9	ごはん 豚肉の甘辛煮ごま風味 おからの骨太サラダ お麩とわかめの味噌汁	10	ごはん 鮭ハンバーグ★ ほうれん草のきな粉和え★ キャベツと人参の味噌汁	11		12	チキンカレー オレンジ
バナナ 牛乳	にんじん スティック 牛乳	コーフレーク 牛乳	オレンジ 牛乳	鶏肉	市販菓子 お茶	鶏肉					
マカロニ かりんとう 牛乳	ドライフルーツ 牛乳	おあげきなこ 牛乳	チーズパン★ 牛乳	鮭,合挽きミンチ,卵,牛乳,きな粉,みそ(ヨーグルト,チーズ)	玉ねぎ,にんじん,ミニトマト,サニーレタス,ほうれん草,キャベツ,わかめ,青ねぎ	にんじん,玉ねぎ,オレンジ					
	かわいい,牛乳,(きな粉)	牛肉	豚肉,おから,チーズ,みそ,(油揚げ,きな粉)	米,三温糖,マヨネーズ,麩(小麦粉,さつまいも,三温糖,サラダ油)	米,パン粉,サラダ油,三温糖(小麦粉,三温糖,サラダ油,いちごジャム)	米,じゃがいも,サラダ油,カレールウ					
	サニーレタス,コーン,にんじん,小松菜,玉ねぎ,キャベツ	玉ねぎ,にんじん,かぼちゃ,白菜,りんご,サニーレタス,オレンジ,(ブルー)	にんじん,キャベツ,コーンレタス,きゅうり,しめじ,わかめ,玉ねぎ								
	食パン,小麦粉,オリーブ油,バター,さつまいも,三温糖,シチュールウ,(マカロニ,黒糖)	米,サラダ油,じゃがいも,カレールウ(バナナチップス)	米,小麦粉,三温糖,白ごま,麩,(黒糖)								
14	ごはん 豚の生姜焼き 卵の花 大根ともやしの味噌汁	15	ごはん かわいいの煮付け ゆで卵添え きゅうりの酢味噌和え のっぺい汁	16	ごはん やみつきチキン こぶきいも 切干大根のサラダ 豆腐と椎茸の味噌汁	17	わかめごはん さばの塩焼き 大根の甘酢漬け きんぴらごぼう かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	18	ごはん 油淋鶏 中華風春雨サラダ 生姜豆乳スープ	19	ハヤシライス バナナ
りんご 牛乳	かぼちゃ スティック 牛乳	バナナ 牛乳	さつまいも スティック 牛乳	鶏肉,木綿豆腐,みそ,(チーズ)	さば,みそ	鶏肉,豆乳,(ヨーグルト)	豚肉				
黒糖 お麩ラスク 牛乳	にんじん スコーン★ 牛乳	クッキー チーズ 牛乳	アップルパイ トースト★ 牛乳	わかめ,にんじん,大根,ごぼう,玉ねぎ,かぼちゃ,青ねぎ,(りんご)	鶏肉,しょうが,にんにく,白ねぎ,キャベツ,にんじん,きゅうり,玉ねぎ,白菜,(オレンジ)	豚肉					
	豚肉,おから,みそ,(きな粉)	かわいい,卵,油揚げ,白みそ,鶏肉,(牛乳)	にんにく,ミニトマト,サニーレタス,切干大根,きゅうり,にんじん,しいたけ,玉ねぎ,青ねぎ	米,三温糖,こんにゃく,ごま油,白ごま(食パン,三温糖,バター)	米,三温糖,片栗粉,サラダ油,春雨	にんじん,玉ねぎ,マッシュルーム,トマト,バナナ					
	玉ねぎ,にんじん,しいたけ,ピーマン,しょうが,いんげん,大根,もやし,わかめ,青ねぎ	しょうが,小松菜,にんじん,白ねぎ,きゅうり,わかめ,大根,しいたけ,青ねぎ,(にんじん)	米,三温糖,マヨネーズ,ケチャップ,じゃがいも,ごま油,(クッキー)			米,サラダ油,ケチャップ,ハヤシルウ					
	米,サラダ油,こんにゃく,三温糖(麩,黒糖,三温糖)	米,三温糖,片栗粉,(小麦粉,三温糖,バター)									
21	食パン ビーフシチュー さつまいもとチーズのサラダ バナナ	22	ごはん 赤魚の梅煮 じゃがいもとひじきのほっこり炒め 水菜とえのきのすまし汁	23		24	ごはん 鮭の照り焼き かぼちゃ煮 きのこのさっぱり和え とろろ昆布入り味噌汁	25	衣笠うどん さつまいもの磯部揚げ★ りんご	26	ポークカレー オレンジ
オレンジ 牛乳	ヨーグルト 牛乳	バナナ 牛乳	フルーツ ヨーグルト 牛乳	鮭,木綿豆腐,みそ,(ヨーグルト)	さば,みそ	鶏肉,油揚げ,(卵,かつお節)	豚肉				
焼きビーフン 牛乳	スノーボール 牛乳			キャベツ,かぼちゃ,大根,しめじ,しいたけ,ブロッコリー,にんじん,とろろ昆布,青ねぎ(りんご,バナナ,みかん,パイナップル)	わかめ,にんじん,大根,ごぼう,玉ねぎ,かぼちゃ,青ねぎ,(りんご)	青ねぎ,玉ねぎ,しいたけ,あおさ,りんご(キャベツ)	にんじん,玉ねぎ,オレンジ				
	牛肉,チーズ,(豚肉)	赤魚,みそ,油揚げ,いんげん		米,三温糖	米,三温糖,こんにゃく,ごま油,白ごま(食パン,三温糖,バター)	うどん,三温糖,さつまいも,小麦粉,サラダ油(米,マヨネーズ,中濃ソース)	米,じゃがいも,サラダ油,カレールウ				
	しめじ,にんじん,玉ねぎ,ブロッコリー,にんにく,トマト,きゅうり,バナナ,(ニラ,玉ねぎ,にんじん)	白ねぎ,しめじ,梅干し,小松菜,にんじん,ひじき,水菜,えのき,青ねぎ									
	食パン,じゃがいも,サラダ油,ビーフシチュールウ,さつまいも,三温糖,マヨネーズ(ビーフン,ごま油)	米,三温糖,こんにゃく,じゃがいも,サラダ油(小麦粉,粉糖,バター)									
28	ごはん ダブル麻婆豆腐 にんじんともやしのナムル わかめと卵のスープ	<p>※ 2月の魚は「 さわら、いわし、かれい、鮭、さば、赤魚 」を予定していますが、仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。</p> <p>※ ()内の食品は、おやつで使用する食品です。</p> <p>※ 完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除去しています。また、揚げ物は焼き物に変更します。</p> <p>※ ★は新メニューです。</p>									
にんじん スティック 牛乳											
中華ポテト 牛乳											
	木綿豆腐,豚ひき肉,大豆,赤みそ,卵										
	白ねぎ,干しいたけ,パプリカ,しょうが,にんにく,サニーレタス,にんじん,もやし,もみのり,わかめ,玉ねぎ,青ねぎ										
	米,片栗粉,サラダ油,ごま油,白ごま(さつまいも,サラダ油,三温糖,黒ごま)										

献立種類	乳児				幼児			
	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物
平均栄養価	408 kcal	16.4 g	14.0 g	59.0g	512 kcal	20.5 g	16.3 g	75.2 g
目標栄養価	465 kcal	19.0 g	16.0 g	66.0 g	520 kcal	20.0 g	18.0 g	75.0 g