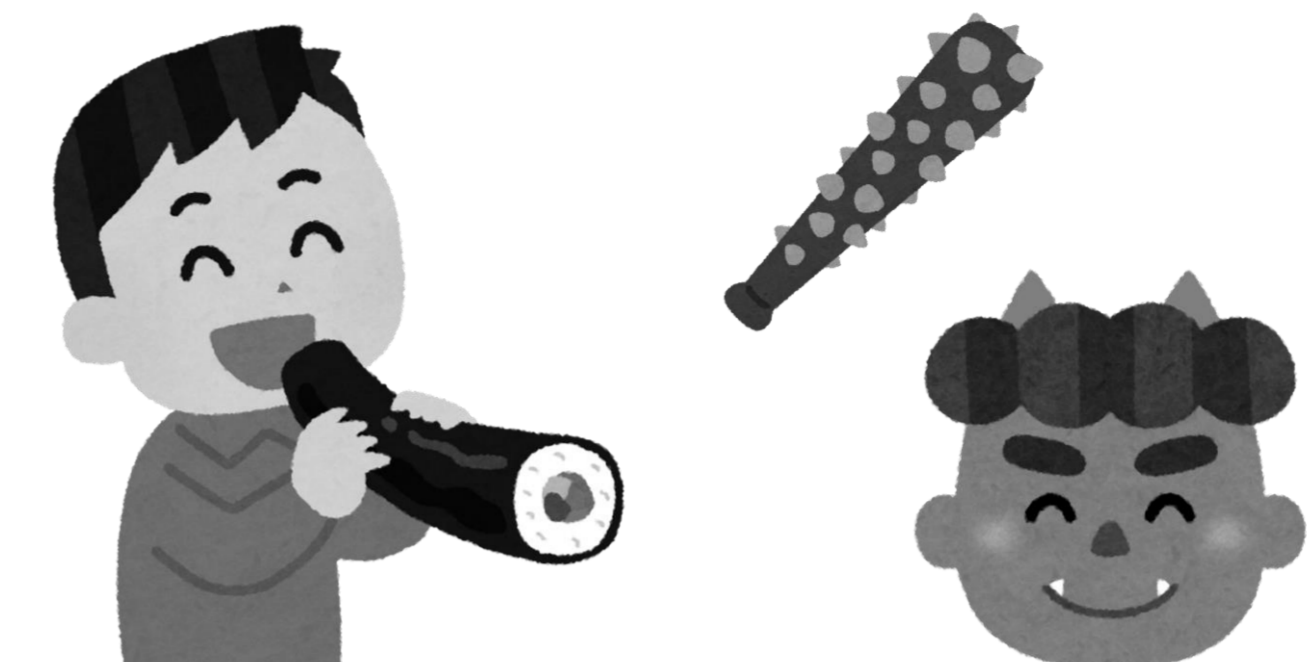



# 令和7年2月の献立

風の子保育園・ベビーホーム

月		火		水		木		金		土																																	
<p>※ 2月の魚は「いわし、メルルーサ、あじ、鮭、かれい、さば、さわら」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>																																											
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">幼児</th> <th colspan="4">乳児</th> </tr> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>552 kcal</td> <td>18.1 g</td> <td>17.7 g</td> <td>74.5 g</td> <td>442 kcal</td> <td>14.8 g</td> <td>14.8 g</td> <td>58.4 g</td> </tr> <tr> <td>基準値</td> <td>17.0 g</td> <td>14.0 g</td> <td>79.0 g</td> <td>434 kcal</td> <td>15.5 g</td> <td>14.4 g</td> <td>53.7 g</td> </tr> </tbody> </table>												幼児				乳児				エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	552 kcal	18.1 g	17.7 g	74.5 g	442 kcal	14.8 g	14.8 g	58.4 g	基準値	17.0 g	14.0 g	79.0 g	434 kcal	15.5 g	14.4 g	53.7 g
幼児				乳児																																							
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物																																				
552 kcal	18.1 g	17.7 g	74.5 g	442 kcal	14.8 g	14.8 g	58.4 g																																				
基準値	17.0 g	14.0 g	79.0 g	434 kcal	15.5 g	14.4 g	53.7 g																																				
																																											
3		4		5		6		7		8																																	
牛乳 マンナ ビスケット	恵方巻き 鯛のかば焼き風 豚汁	牛乳 コーン フレーク	ごはん 鮭の塩焼き こんぶの佃煮 さつま芋の甘煮 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 オレンジ	ごはん 鶏とじゃが芋のみそ煮込み 大根とわかめの酢の物 厚揚げと人参のすまし汁	牛乳 じゃが芋 スティック	ミートスパゲティ 大根サラダ バナナ	牛乳 バナナ チップス	ごはん 納豆入りかきあげ 小松菜と油揚げの煮びたし きのこ厚揚げのすまし汁	お茶	ポークカレー りんご																																
牛乳 せんべい チーズ	高野豆腐、卵、豚肉、味噌、ツナ、(牛乳、チーズ) きゅうり、人参、大根、干しいたけ、焼きのり ごぼう、青ねぎ 米、三温糖、小麦粉、サラダ油、さつま芋 板こんにやく、(せんべい)	牛乳 フルーツ ヨーグルト	鮭、木綿豆腐、味噌、(ヨーグルト、牛乳) 昆布、大根、わかめ、青ねぎ (りんご、バナナ) 米、三温糖、白ごま、さつま芋、麩 (みかん缶、パン缶)	牛乳 焼いも	鶏肉、味噌、厚揚げ、(牛乳) 人参、玉ねぎ、さやいんげん、わかめ、しめじ 白菜、大根、青ねぎ 米、じゃが芋、三温糖、白ごま、サラダ油 (さつま芋)	牛乳 ひじき チャーハン	大豆ミート、合挽ミンチ、ツナ、(牛乳、豚ひき肉) 玉ねぎ、人参、しめじ、グリーンピース、トマト缶 きゅうり、大根、バナナ、(ひじき、人参、玉ねぎ、青ねぎ) スパゲティ、オリーブオイル、三温糖、マヨドレ ケチャップ、ウスターソース、ハヤシルウ (米、ごま油)	牛乳 カルピス ゼリー	納豆、油揚げ、厚揚げ、(牛乳) 人参、玉ねぎ、サニーレタス、小松菜、しめじ さやいんげん、生しいたけ、えのき、大根、青ねぎ ごぼう 米、小麦粉、サラダ油、(カルピス、粉寒天)	お茶 市販菓子	豚肉 人参、玉ねぎ、りんご 米、じゃがいも、サラダ油、カレールウ																																
10		11		12		13		14		15																																	
牛乳 ウエハース	ごはん 豚のしょうが焼き 白菜とほうれん草のごま和え きのこのすまし汁	牛乳 バナナ チップス	ごはん ハヤシライス チーズ入りポテトサラダ オレンジ	牛乳 マカロニ お好み	ごはん 鯖の照り煮 切干大根の酢の物 白菜と油揚げの味噌汁	牛乳 さつま芋 スティック	ごはん 鯖の照り煮 切干大根の酢の物 白菜と油揚げの味噌汁	牛乳 コーン フレーク	ごはん 鶏のから揚げ ごぼうサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	お茶	豚井 バナナ																																
牛乳 おあげきなこ	豚肉、木綿豆腐、(油揚げ、きな粉、牛乳) 玉ねぎ、赤パプリカ、しょうが、人参、キャベツ 白菜、ほうれん草、しめじ、えのき、生しいたけ 青ねぎ 米、サラダ油、白ごま、ゆかり、(三温糖、黒砂糖)	牛乳 マカロニ お好み	牛肉、チーズ、(牛乳) 玉ねぎ、人参、しめじ、グリーンピース、トマト缶 きゅうり、レタス、オレンジ、(あおのり) 米、じゃが芋、マヨドレ、三温糖、ハヤシルウ サラダ油、(マカロニ、ウスターソース、ケチャップ)	牛乳 クッキー チーズ	鯖、油揚げ、味噌、(チーズ、牛乳) 白ねぎ、切干大根、きゅうり、人参、白菜 えのき、青ねぎ 米、三温糖、白ごま、(クッキー)	牛乳 バナナココア ケーキ	鶏肉、味噌、(豆乳、牛乳) サニーレタス、ブロッコリー、人参、ごぼう、きゅうり 玉ねぎ、青ねぎ、しょうが、にんにく、(バナナ) 米、片栗粉、サラダ油、マヨドレ、じゃが芋、三温糖 すりごま、(ホットケーキミックス、三温糖、サラダ油、ビュアココア)	豚肉 玉ねぎ、人参、白ネギ、しめじ、さやいんげん、バナナ 米、三温糖																																			
17		18		19		20		21		22																																	
牛乳 マンナ ビスケット	ごはん 肉じゃが 小松菜ともやしの梅じゃこ和え 白菜と厚揚げの味噌汁	牛乳 かばちゃ スティック	根菜カレー おからの骨太サラダ オレンジ	牛乳 バナナ	ごはん 鱈の味噌ムニエル 五目煮豆 小松菜と油揚げのすまし汁	牛乳 ヨーグルト	ごはん 豆腐の落とし揚げ れんこんのみそ炒め★ 大根と人参のすまし汁	牛乳 じゃが芋 スティック	ごはん 鱈の野菜あんかけ さつま芋のレモン煮 えのきと油揚げの味噌汁	お茶	チキンカレー りんご																																
牛乳 焼きそば	牛肉、かつお節、ちりめんじゃこ、厚揚げ、味噌 (豚肉、牛乳) 人参、玉ねぎ、さやいんげん、小松菜、緑豆もやし 梅干し、白菜、青ねぎ、(人参、キャベツ、にら) 米、じゃが芋、しらたき、三温糖、サラダ油 (中華めん、サラダ油、ウスターソース、ケチャップ、三温糖)	牛乳 ドライフルーツ	鶏肉、おから、チーズ、(牛乳) 玉ねぎ、人参、ごぼう、れんこん、大根、レタス、きゅうり コーン、オレンジ、(プルーン) 米、ヤーコン、じゃが芋、三温糖、マヨドレ、サラダ油 カレールウ、ウスターソース、(バナナチップス)	牛乳 きな粉トースト	鱈、味噌、大豆、油揚げ、(きな粉、牛乳) サニーレタス、ブロッコリー、人参、ごぼう、昆布 さやいんげん、小松菜、えのき 米、小麦粉、板こんにやく、三温糖 (食パン、無塩バター、三温糖)	牛乳 中華ポテト	木綿豆腐、鶏ひき肉、大豆ミート、味噌、(牛乳) 玉ねぎ、ひじき、サニーレタス、れんこん、人参 コーン、キャベツ、緑豆もやし、にら、大根、青ねぎ 米、サラダ油、片栗粉、(さつま芋、サラダ油、三温糖、黒ごま)	牛乳 黒糖お麩 ラスク	鱈、油揚げ、味噌、(牛乳) レモン、緑豆もやし、玉ねぎ、チンゲン菜 白菜、人参、えのき、しめじ、青ねぎ、さやいんげん (ひじき、青ねぎ、人参、玉ねぎ) 米、三温糖、片栗粉、さつま芋、(麩、黒糖、オリーブオイル)	お茶 市販菓子	鶏肉 玉ねぎ、人参、りんご 米、じゃが芋、カレールウ、サラダ油																																
24		25		26		27		28		凡例																																	
		牛乳 ウエハース	ごはん 筑前煮 もやしとさやいんげんの梅味噌和え きのこの味噌汁	牛乳 オレンジ	ごはん メルルーサのフライ マカロニサラダ じゃがいもと油揚げの味噌汁	牛乳 チーズ	食パン クリームシチュー ほうれん草とコーンの ツナサラダ★ バナナ	牛乳 コーン フレーク	ごはん 鮭の味噌マヨ焼き 小松菜の納豆和え けんちん汁	午前 おやつ (乳児)	給食献立																																
		牛乳 ポップコーン	鶏肉、味噌、梅味噌、(牛乳) れんこん、ごぼう、さやいんげん、緑豆もやし 人参、きゅうり、わかめ、えのき、生しいたけ しめじ、大根、玉ねぎ、青ねぎ 米、板こんにやく、三温糖、(ポップコーン、サラダ油)	牛乳 チヂミ	メルルーサ、油揚げ、味噌、(豚ひき肉、牛乳) キャベツ、人参、きゅうり、コーン、青ねぎ (人参、玉ねぎ、にら) 米、小麦粉、パン粉、マヨドレ、じゃが芋、三温糖 マカロニ、サラダ油、ウスターソース、ケチャップ (片栗粉、小麦粉、ごま油、ボン酢)	牛乳 揚げ大豆	鶏肉、牛乳、ツナ、(大豆、ちりめんじゃこ、牛乳) 人参、玉ねぎ、ブロッコリー、ほうれん草 コーン、キャベツ、バナナ 食パン、じゃが芋、シチューの素 和風ドレッシング、(三温糖、サラダ油、片栗粉)	牛乳 クッキー ヨーグルト	鮭、味噌、納豆、木綿豆腐、(牛乳、ヨーグルト) サニーレタス、人参、小松菜、白菜、大根 ごぼう、青ねぎ 米、マヨドレ、三温糖、板こんにやく、ごま油 (クッキー)	午後 おやつ																																	
												赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類																															
											緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類																																
											黄色の食品 カや体温となる穀・油脂・砂糖・いも類																																