



令和7年2月献立表



浜大津保育園

日(曜日)	午前間食 (3歳未満児)	昼食				午後間食
		料理名	食品名			
			からだをつくる【あか】	カや体温になる【きいろ】	からだの調子を整える【みどり】	
1 土	お茶 クッキー	麻婆丼 中華スープ(春雨,白菜,えのき,ねぎ)	ふたひき肉 絹ごし豆腐 みそ	精白米 三温糖 調合油 片栗粉 緑豆はるさめ ごま油	にんじん 長ねぎ しょうが にら なす はくさい 青ねぎ えのきたけ	お茶 ゼリー せんべい
3 月	牛乳 蒸しサツマイモ	彩り巻き寿司 蓮根のきんぴら 揚げのにゅうめん	まぐろ漬缶詰 牛ひき肉 油揚げ 蒸しかまぼこ 削り節 普通牛乳	精白米 三温糖 赤こんにゃく いりごま ごま油 手延そうめん ホットケーキミックス 調合油 さつまいも ココア	にんじん きゅうり 焼きのり たくあん漬 れんこん 青ピーマン トウモロコシ まこんぶ	牛乳 鬼さん蒸しパン
4 火	牛乳 ハッピーターン	麦ごはん 鶏の塩こうじ焼き 小松菜とオクラの納豆和え みそ汁(蕪,絹揚げ,たまねぎ,ねぎ) オレンジ	若鶏もも皮なし かつお節 絹揚げ みそ 削り節 ひきわり納豆 普通牛乳	精白米 おおむぎ いりごま フランスパン 三温糖 無塩バター	こまつな にんじん オクラ かぶ かぶの葉 たまねぎ 青ねぎ まこんぶ オレンジ	牛乳 ラスク
5 水	牛乳 りんご	ごはん ししゃもの塩焼き(年少は鮭) ブロッコリーのおかか和え みそ汁(白菜,玉葱,豆腐,ねぎ)	ししゃも生干し(年少は鮭) かつお節 絹ごし豆腐 削り節 みそ 鶏卵	精白米 三温糖 赤こんにゃく 薄力粉 無塩バター ココア	ブロッコリー にんじん ぶなしめじ たまねぎ 青ねぎ はくさい まこんぶ りんご	牛乳 マーブルクッキー
6 木	牛乳 ウエハース	ごはん 酢豚 パンパンジーサラダ 中華スープ(春雨,白菜,卵,ねぎ)	ふたばら 若鶏ささ身 鶏卵 じゃこ	精白米 三温糖 調合油 マヨネーズ ごま油 いりごま ねりごま 緑豆はるさめ 片栗粉	たまねぎ にんじん 青ピーマン トマトケチャップ 生しいたけ ゆでたけのこ きゅうり りょくとうもやし トマト はくさい 青ねぎ こまつな まこんぶ	牛乳 青菜とジャコのおにぎり 昆布
7 金	牛乳 みかん	ごはん 豆腐のすき焼き風煮 切干大根のカレーマヨ和え みそ汁(もずく,大根,水菜,玉葱)	充てん豆腐 牛もも(赤肉) かにかまぼこ みそ 削り節 小魚	精白米 しらたき 三温糖 調合油 マヨネーズ じゃがいも 片栗粉	たまねぎ はくさい 長ねぎ 生しいたけ 切干しだいこん にんじん こまつな きゅうり おきなわもずく だいこん みずな まこんぶ みかん れんこん あおのり	牛乳 フライドポテト&れんこん 小魚
8 土	お茶 せんべい	けんちんうどん りんご	木綿豆腐 削り節	うどん	にんじん たまねぎ だいこん ごぼう れんこん 生しいたけ 青ねぎ りんご	お茶 ゼリー マリービスケット
10 月	牛乳 蒸しブロッコリー	麦ごはん 鯖のカレー焼き ポテトサラダ みそ汁(小松菜,玉葱,絹揚げ,ごぼう)	さわら ベーコン 鶏卵 みそ 絹揚げ 削り節 絹ごし豆腐	精白米 おおむぎ じゃがいも マヨネーズ ホットケーキミックス 調合油	にんじん きゅうり 冷凍コーン こまつな ごぼう たまねぎ まこんぶ ブロッコリー	牛乳 豆腐ドーナツ
12 水	牛乳 オレンジ	麦ごはん 鶏の塩唐揚げ 春雨の酢の物 みそ汁(豆腐,なす,えのき,白菜)	若鶏もも皮なし かにかまぼこ 鶏卵 絹ごし豆腐 みそ 削り節	精白米 おおむぎ 片栗粉 調合油 はるさめ 三温糖 食パン ねりごま	にんじん きゅうり キャベツ 乾わかめ えのきたけ はくさい なす まこんぶ オレンジ	牛乳 ゴマサンド
13 木	牛乳 粉ふき芋	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き レンコンサラダ けんちん汁	さけ みそ かつお節 削り節 若鶏もも皮なし ベーコン	精白米 三温糖 ねりごま いりごま ごま油 さといも 生いも板こんにゃく 強力粉 マヨネーズ じゃがいも 無塩バター	キャベツ にんじん たまねぎ 青ねぎ れんこん きゅうり ごぼう 生しいたけ はくさい だいこん まこんぶ 冷凍コーン	牛乳 ベーコンマヨコーンパン
14 金	牛乳 せんべい(新潟仕込み)	鶏の炊き込みごはん 肉じゃが風卵焼き みそ汁(絹揚げ,玉葱,レタス,もずく) みかん	若鶏もも皮なし 削り節 油揚げ 牛もも 鶏卵 絹揚げ みそ 普通牛乳 生クリーム	精白米 生いも板こんにゃく じゃがいも しらたき 三温糖 調合油 ココア	にんじん ごぼう 生しいたけ たまねぎ さやえんどう レタス もずく まこんぶ みかん	牛乳 ココアプリン
17 月	牛乳 せんべい(星食べよ)	ごはん チキンピーンズ ブロッコリーのミモザサラダ りんご	大豆水煮缶詰 若鶏もも皮なし 鶏卵	精白米 三温糖 片栗粉 調合油 マヨネーズ さつまいも いりごま	にんじん たまねぎ 青ピーマン 生しいたけ ダイストマト トマトケチャップ ブロッコリー きゅうり 冷凍コーン りんご	牛乳 大学芋
18 火	牛乳 みかん	わかめごはん 豆腐ハンバーグ トマト 粉ふき芋 スープ(ベーコン,人参,キャベツ,玉葱)	ふたひき肉 絹ごし豆腐 鶏卵 牛ひき肉 ベーコン 生クリーム 普通牛乳	精白米 パン粉 じゃがいも 薄力粉 無塩バター 三温糖	カットわかめ たまねぎ 生しいたけ にんじん ダイストマト ぶなしめじ 乾ひじき トマト キャベツ みかん	牛乳 シュークリーム

日(曜日)	午前間食 (3歳未満児)	昼食				午後間食	
		料理名	食品名				
			からだをつくる【あか】	力や体温になる【きいろ】	からだの調子を整える【みどり】		
19	水	牛乳 ウエハース	お弁当の日	チーズ			牛乳 せんべい(ぼりんこのり塩) チーズ
20	木	牛乳 粉ふき芋	ごはん カレイのみぞれあんかけ 胡瓜の塩昆布和え 豆乳みそ汁(じゃが芋,玉葱,豆苗,薄揚げ)	まがれい 削り節 焼き竹輪 みそ 油揚げ 調整豆乳 普通牛乳 粒あん 絹ごし豆腐	精白米 片栗粉 三温糖 いりごま じゃがいも ホットケーキミックス 無塩バター	だいこん きゅうり 塩昆布 にんじん キャベツ たまねぎ トウモロコシ まこんぶ	牛乳 あずきのホットケーキ
21	金	牛乳 ビスケット	たっぶり野菜カレー マカロニサラダ オレンジ	ふたロース(赤肉) まぐろ油漬缶詰 鶏卵 するめ	精白米 じゃがいも マカロニ・スパゲティ マヨネーズ 調合油	たまねぎ にんじん ダイストマト ぶなしめじ なす ほうれんそう ごぼう きゅうり キャベツ オレンジ ポップコーン あおのり	牛乳 ポップコーン するめ
22	土	お茶 クッキー	ベーコンとトマトのスパゲティ キャベツとコーンのスープ	ベーコン パルメザンチーズ	マカロニ・スパゲティ 調合油	たまねぎ ダイストマト 青ピーマン キャベツ 冷凍コーン にんじん	お茶 ゼリー せんべい
25	火	牛乳 せんべい(ぼりんこのり塩)	ゆかりごはん 鶏のオレンジ焼き 小松菜の五目白和え みそ汁(じゃが芋,白菜,玉葱,ねぎ)	若鶏もも皮なし 絹ごし豆腐 かつお節 焼き竹輪 みそ プロセスチーズ ベーコン 削り節	精白米 いりごま 板こんにやく 三温糖 じゃがいも 薄力粉 強力粉 オリーブオイル 削り節	マーマレード ごまつな にんじん 乾ひじき にんにく たまねぎ はくさい 青ねぎ まこんぶ ダイストマト ピーマン 冷凍コーン	牛乳 ピザ
26	水	牛乳 りんご	麦ごはん サバの竜田揚げ 胡瓜とわかめの酢の物 かきたま汁	さば さわら かにかまぼこ 鶏卵 削り節 甘納豆 きなこ	精白米 おおむぎ 調合油 片栗粉 三温糖 もち米	しょうが きゅうり 水戻しわかめににんじん キャベツ たまねぎ トウモロコシ まこんぶ 生しいたけ りんご	牛乳 おはぎ 昆布
27	木	牛乳 蒸しブロッコリー	あけぼのごはん 絹揚げの筑前煮 ごま汁	焼きさけ 鶏卵 絹揚げ 削り節 若鶏もも皮なし 普通牛乳 生クリーム	精白米 いりごま 三温糖 さといも 板こんにやく 片栗粉 薄力粉 無塩バター	たくあん漬 えだまめ ごぼう にんじん れんこん ながこんぶ だいこん 生しいたけ 青ねぎ まこんぶ はくさい ブロッコリー いちごジャム	牛乳 いちごジャムのスコーン
28	金	牛乳 チーズ	ごはん 八宝菜 春雨のマヨネーズ和え 中華スープ(木耳,卵,えのき,ねぎ) りんご	ふたばら しばえび かにかまぼこ 鶏卵 調整豆乳 プロセスチーズ 小魚	精白米 調合油 片栗粉 はるさめ ごま油 マヨネーズ ホットケーキミックス	はくさい 生しいたけ 青ピーマン にんじん たまねぎ ゆでたけのこ きゅうり キャベツ 青ねぎ えのきたけ きくらげ りんご レーズン	牛乳 レーズン豆乳蒸しパン 小魚

※都合により献立が変更になることがあります。

(一日平均栄養価)

※土曜日を抜いた平日の平均です。

栄養価	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
1.2歳児目標値	498	12.5~	11.1~	~1.6
1・2歳	502	20.4	16.3	1.2
3歳児以上目標値	600	15.0~	13.4~	~1.6
3歳以上児	551	22	16.4	1.6

~~~お楽しみ~~~

5日(水) お店屋さん クッキー屋さん

~~~お手伝い~~~

10日(月)  みかん組
27日(木)  りんご組
27日(木)  ぶどう組

ゆで卵の殻むき
だいこん切り
白菜切り

~~~クッキング~~~

25日(火)  めろん組

ピザ作り

~~~旬を味わおう~~~

21日(金) さといもの素揚げを味わう