



2月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和4年1月27日

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名 (○は午後おやつ)			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	火	ご飯・チンジャオロースー さつま芋の素揚げ・春雨スープ オレンジ	牛乳 大豆スコーン	米、さつまいも、○小麦粉、 ○砂糖、○バター、油、はる さめ、砂糖、○ごま、片栗 粉、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○ ゆで大豆、鶏ひき肉	オレンジ、はくさい、たけのこ (ゆで)、にんじん皮むき、 ピーマン、黄ピーマン、葉ね ぎ、しめじ、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ(うすくち)、鶏が らだしの素、食塩
2	水	ご飯・松風焼き ブロッコリーのおかか和え はんぺんのすまし汁・りんご	牛乳 ★たまご蒸しパン	米、○小麦粉、○砂糖、片栗 粉、砂糖、ごま、○油、油	○牛乳、鶏ひき肉、木綿豆 腐、○卵、はんぺん、米みそ (淡色辛みそ)、かつお節	りんご、ブロッコリー、にんじ ん皮むき、たまねぎ、万能ね ぎ、生わかめ、えのきたけ	みりん、しょうゆ(うすくち)、 しょうゆ、かつおだし・鰹節、 食塩
3	木	～節分メニュー～ ご飯・いわしのかば焼き(以上児) さわらのかば焼き(未満児) 五目豆・小松菜の味噌汁・みかん	牛乳 鬼まんじゅう	米、○さつまいも、板こんに やく、○小麦粉、片栗粉、 ○砂糖、油、砂糖	○牛乳、いわし、ゆで大豆、 生揚げ、ちくわ、米みそ(淡 色辛みそ)、さわら	みかん、にんじん皮むき、こ まつな、だいこん皮むき、た まねぎ、えのきたけ、しょうが	みりん、しょうゆ、しょうゆ(う すくち)、酒、かつおだし・鰹 節、○食塩
4	金	中華丼★ちくわの磯辺揚げ ★卵スープ・バナナ	野菜ジュース ★フレンチトースト	米、○食パン、小麦粉、○砂 糖、○バター、油、片栗粉	豚肉(ばら)、卵、○牛乳、○ 卵、木綿豆腐、ちくわ	バナナ、はくさい、にんじん 皮むき、根切りもやし、たま ねぎ、しいたけ、にら、あおの り	しょうゆ(うすくち)、中華だ し・粉末、鶏がらだしの素、食 塩
5	土	牛丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	せんべい	米、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米 みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん 皮むき、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、かつおだ し・鰹節
7	月	わかめごはん・鮭の塩焼き おからサラダ ほうれん草の味噌汁・オレンジ	牛乳 ★グラノーラクッキー	米、○小麦粉、○マーガリ ン、○玄米フレーク、○砂 糖、マヨネーズタイプ調味料 (低カロリータイプ)、ごま、砂 糖	○牛乳、さけ、おから、ハム、 ○卵、油揚げ、米みそ(淡色 辛みそ)、しらす干し	オレンジ、たまねぎ、だいこ ん皮むき、にんじん皮むき、 きゅうり、ほうれん草	酢、かつおだし・鰹節、食塩
8	火	ご飯・すき焼き風煮 きゅうりの梅和え お麩のすまし汁・バナナ	牛乳 マカロニあべかわ	米、しらたき、○マカロニ、○ 砂糖、砂糖、焼ふ、焼ふ(板 ふ)	○牛乳、焼き豆腐、牛肉(肩 ロース)、○きな粉、かつお節	はくさい、バナナ、きゅうり、 にんじん皮むき、たまねぎ、 葉ねぎ、えのきたけ、うめ干 し	しょうゆ(うすくち)、みりん、 酢、しょうゆ、かつおだし・鰹 節、食塩、○食塩
9	水	ご飯・豚肉のしょうが焼き 小松菜とツナの和え物 大根の味噌汁・オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、砂 糖、油、ごま	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○ 卵、油揚げ、米みそ(淡色辛 みそ)、かつお味付けフレー ク缶	たまねぎ、こまつな、オレンジ 、だいこん皮むき、ピーマ ン、にんじん皮むき、赤ピー マン、黄ピーマン、○いちご ジャム、葉ねぎ、生わかめ、	しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、 みりん、酒、かつおだし・鰹節
10	木	パン★鶏の香草焼き かぼちゃサラダ・豆スープ りんご	牛乳 ココアちんすこう	ロールパン、クロワッサン、 ○小麦粉、マヨネーズ、じゃ がいも、○砂糖、○油、パン 粉、食パン	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、ゆ で大豆、ハム	かぼちゃ、りんご、きゅうり、 にんじん皮むき、たまねぎ	コンソメ・粉末、食塩、バセリ 粉
12	土	鮭チャーハン コーンスープ バナナ	せんべい	米、ごま油、油	鮭フレーク	バナナ、たまねぎ、にんじん 皮むき、ピーマン、コーン缶、 葉ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ しの素、食塩
14	月	ご飯・さわらのねぎソース 白菜のどろみ炒め ★中華風コーンスープ・りんご	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	米、○米粉、○油、○砂糖、 ごま油、片栗粉、○片栗粉	○牛乳、さわら、卵、○木綿 豆腐	りんご、はくさい、たまねぎ、 葉ねぎ、にんじん皮むき、 コーン缶、えのきたけ、○パ ナナ、しょうが	中華だしの素、酢、しょうゆ (うすくち)、鶏がらだしの素、 食塩
15	火	ご飯・サーモンナゲット マカロニナポリタン じゃがいものスープ・いちご	牛乳 ★マーメレードケーキ	米、じゃがいも、○ホットケ ーキ粉、米粉、マカロニ、○パ ター、油、マヨネーズタイプ調 味料(低カロリータイプ)、ご ま	○牛乳、木綿豆腐、鮭フレ ーク、ベーコン、○卵	たまねぎ、いちご、○マーマ レード、にんじん皮むき、しめ じ、ピーマン、コーン缶、にん にく、しょうが	ケチャップ、鶏がらだし・粉 末、鶏がらだしの素、食塩
16	水	ご飯・鶏じゃがが きゅうりとツナの酢の物 えのきの味噌汁・バナナ	牛乳 チーズラスク	米、じゃがいも、○フランス パン、しらたき、○マヨネーズ タイプ調味料(低カロリータイ プ)、片栗粉、砂糖、油、ごま 油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木 綿豆腐、ツナ油漬缶(きはだ)、米みそ(淡色辛みそ)、 ちくわ、○粉チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん皮むき、きゅう り、しめじ、グリーンピース(水 煮缶詰)、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、酢、酒、 みりん、かつおだし・鰹節、食 塩、カレー粉、○バセリ粉
17	木	ハヤシライス ほうれん草のごま和え みかん	牛乳 プアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、○ 油、すりごま、砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)	みかん、たまねぎ、根切りも やし、ほうれん草、にんじん 皮むき、しめじ、かぼちゃ、 コーン缶、グリーンピース(水 煮缶詰)	ハヤシルウ、しょうゆ、○食 塩
18	金	パン・たらのカレーマヨ焼き ポテトサラダ・豆乳スープ いちご	牛乳 ジャムサンド	じゃがいも、ロールパン、クロ ワッサン、○サンドイッチパ ン、マヨネーズタイプ調味料 (低カロリータイプ)、砂糖、 食パン	○牛乳、たら、調製豆乳、ツ ナ油漬缶(きはだ)	いちご、にんじん皮むき、 きゅうり、キャベツ、たまね ぎ、○いちごジャム、コーン 缶、バセリ	酢、しょうゆ(うすくち)、鶏が らだしの素、カレー粉、食塩
19	土	とり丼 さつま芋の味噌汁 バナナ	源氏パイ	米、さつまいも(皮付)、砂 糖、油	鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん 皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、 焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん
21	月	ご飯・岩のり ぶりのゆうあん焼き 切干大根の旨煮 かきたま汁・みかん	牛乳 ★チーズスキムクッキー	米、○小麦粉、○無塩バ ター、○砂糖、砂糖	○牛乳、ぶり、卵、油揚げ、 ○脱脂粉乳、○卵、○粉 チーズ	みかん、にんじん皮むき、た まねぎ、こまつな、のり佃煮、 しめじ、切り干しだいこん、生 わかめ、ゆず果汁	みりん、しょうゆ(うすくち)、 しょうゆ、酒、かつおだし・鰹 節、食塩
22	火	ご飯・鶏の唐揚げ チンゲン菜のソテー もやしのスープ・りんご	牛乳 じゃこトースト	米、○食パン、○マヨネーズ タイプ調味料(低カロリータイ プ)、油、○ごま	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木 綿豆腐、ベーコン、○スライ スチーズ、○しらす干し	りんご、チンゲンサイ、たま ねぎ、根切りもやし、にんじ ん皮むき、にら、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ しの素、食塩
24	木	ご飯・たらのバター醤油焼き ★コールスローサラダ かぶの豆乳スープ・みかん	ヨーグルト	米、マヨネーズ、バター、砂 糖	○ソファール元気ヨーグルト、 調製豆乳、たら、ベーコン	みかん、キャベツ、にんじん 皮むき、かぶ・根・皮むき、た まねぎ、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ しの素、酢、みりん、食塩
25	金	ご飯★ミートローフ キャベツのカレーソテー 人参のスープ・いちご	牛乳 蒸しパン	米、じゃがいも、○小麦粉、 ○砂糖、パン粉、油	○牛乳、牛ひき肉、豚ひき 肉、卵、ウインナーソーセー ジ、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、いちご、 にんじん皮むき、しめじ、○ いちごジャム、コーン缶、い んげん	ケチャップ、ウスターソース、 鶏がらだし・粉末、食塩、カ レー粉
26	土	チキンライス 豆腐のスープ バナナ	クラッカー	米、油	鶏むね肉(皮付)、木綿豆 腐、豚ひき肉	バナナ、たまねぎ、にんじん 皮むき、葉ねぎ、コーン缶、 グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、しょうゆ(うすく ち)、鶏がらだし・粉末、食塩
28	月	ご飯・あじの南蛮漬け ひじき煮・豆腐の味噌汁 みかん	フルーツヨーグルト	米、小麦粉、油、砂糖	○ソファール元気ヨーグルト、 あじ、木綿豆腐、ちくわ、大 豆水煮缶、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ	みかん、たまねぎ、○パナ ナ、にんじん皮むき、○みか ん缶、万能ねぎ、しめじ、ひじ き	酢、しょうゆ(うすくち)、酒、 みりん、かつおだし・鰹節、食 塩

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

2月10・18日、ひまわり・こすもす・なのはな組園児のパンは
バイキング形式になります。