



# 2月 献立表



令和7年1月31日  
新堀保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/食分 (1食未満)	材 料 名 (○は9時15分おやつ ○は午後おやつ)				9時15分おやつ	3時おやつ
			熱と力に当たるもの	血や肉や骨に当たるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
1 土	 フルコギ餅、牛乳	300.3(410.7) 13.8(14.6) 11.5(11.2) 0.9(0.8)	砂糖、卵、小麦粉、サラダ油、片栗粉、炒りごま、胚芽米	豚もも肉スライス	たまねぎ、もやし、にんじん、ピーマン、にんにく	しょうゆ		
3 月	 節分献立 鬼のキーマカレー 大根サラダ、 牛乳、いちごゼリー	635.5(584.9) 18.2(16.1) 27.0(23.3) 1.9(1.6)	白ご飯(精白米の分量)、サラダ油、ごま油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、ウインナー	たまねぎ、だいこん、にんじん、ホー乱、とうもろこし、きゅうり、ピーマン、番パプリカ、にんにく、しょうが、○バナナ	カレーウ、しょうゆ、酢、食塩、こしょう	節分お菓子 ※以上児さんにもつきます	麦茶 パウムクーヘン
4 火	焼餅の卵とじ、小松菜のごま和え、ヨーグルト、根菜汁	344.4(410.2) 19.6(18.3) 10.4(8.2) 2.7(2.2)	○米粉パン、じゃがいも、焼餅、炒りごま、砂糖、胚芽米、○砂糖	ヨーグルト、卵、鶏むね肉、○ピザ用シュレットチーズ、米がね、薄揚げ、○しらしめ、いわし、かつお節、○刻みのみ	もやし、たまねぎ、にんじん、だいこん、ごま油、ねぎ、○冷凍かぼちゃ	しょうゆ、酒、みりん、○昆布だし汁、○しょうゆ	オランダせんべい	麦茶 しらしめ
5 水	おでん、おかか和え、バナナ、すこやかふりかけ(のみ)	301.7(399.8) 15.2(15.6) 11.8(11.2) 1.9(1.7)	○チョコビスケット、胚芽米、○ハッピーターン	○牛乳、厚揚げ、さつまいも、豚もも肉、ちくわ、ごんぶ、かつお節、肉切り昆布、かつお節はさい	バナナ、だいこん、もやし、にんじん、キャベツ	しょうゆ、みりん	ハッピーターン	牛乳 チョコビスケット
6 木	ホイコーロー、春雨サラダ、りんご、中華スープ	444.7(523.9) 16.7(16.9) 19.9(17.5) 2.0(1.6)	砂糖、サラダ油、砂糖、胚芽米	○牛乳、豚肩ローススライス、○牛乳調理用、ロースハム千切り、米がね	りんご、キャベツ、もやし、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、とうもろこし、ピーマン、きゅうり	しょうゆ、酒、中華スープ、酢、食塩、こしょう	野菜ジュース	牛乳 ほたけ焼
7 金	だらの磯辺揚げ、おひたし、みかん、みど汁	300.7(410.1) 14.6(15.6) 5.6(6.2) 1.6(1.3)	○白ご飯(精白米の分量)○さつまいも、揚げ油、片栗粉、焼餅、○炒りごま、胚芽米	だら切身、米がね、いわし、あおのり	みかん、もやし、キャベツ、ほうろく、しょうが、にんじん	しょうゆ、食塩、○食塩	りんごゼリー	麦茶 さつまいもおにぎり
8 土	 五目あんかけ丼 麦茶	278.5(397.4) 12.8(13.8) 9.7(9.9) 1.1(0.9)	片栗粉、胚芽米	豚もも肉スライス	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、しいたけ	しょうゆ、みりん、中華スープの素		
10 月	干草焼き、切干大根煮、バナナ、みど汁	437.2(523.4) 22.8(20.6) 18.8(18.3) 3.0(2.3)	○食パン、焼餅、サラダ油、砂糖、胚芽米	○牛乳、卵、豚ひき肉、米がね、○ピザ用シュレットチーズ、○ロースハム千切り、ダイスカットチーズ、薄揚げ、いわし、ごんぶ	バナナ、はくさい、たまねぎ、ねぎ、にんじん、切り干しだいこん、○たまねぎ、グリーンピース、○ピーマン	しょうゆ、○ケチャップ、酒、食塩	ビスコ	牛乳 ビスケット
12 水	鮭のムニエル、コーンサラダ、元気ヨーグルト、すまし汁	306.4(430.9) 17.6(19.1) 10.6(10.3) 1.3(1.1)	○さつまいも、○砂糖、サラダ油、○揚げ油、薄力粉、砂糖、胚芽米	ヨーグルト、鮭、豆腐(木綿)、かつお節、無塩バター	キャベツ、とうもろこし、ほうろく、とうもろこし、きゅうり、にんじん、パセリ	しょうゆ、酢、食塩、こしょう	ソフトサラダせんべい	 ぞうじさんリクエスト 麦茶 いちももドーナツ
13 木	肉じゃが、ゆかり和え、いよかん、みど汁	269.5(412.8) 12.6(13.3) 10.3(9.8) 1.8(1.5)	じゃがいも、○純米せんべい、しらす、サラダ油、砂糖、胚芽米	豚もも肉スライス、厚揚げ、米がね、生わかめ、いわし、ごんぶ	いよかん、キャベツ、もやし、たまねぎ、ねぎ、きゅうり、にんじん、しいたけ、○バナナ	しょうゆ、みりん	バナナ	麦茶 純米せんべい
14 金	鶏肉のマーマレード焼き、バスタドナー、りんご、コンソメスープ	238.7(377.4) 13.8(15.9) 9.6(9.0) 1.6(1.5)	マカロニ、スライス、サラダ油、胚芽米	○牛乳調理用、鶏もも肉、ベーコン(ショルダー)、○アローソノアイス	りんご、はくさい、たまねぎ、ごま油、しいたけ、とうもろこし、マーマレード、にんじん、にんにく、しょうが	しょうゆ、コンソメ、食塩、こしょう	藤氏パイ	ココアプリン
15 土	 コーンシチュー、 すこやかふりかけ (おかか)、麦茶	316.1(417.6) 12.6(13.2) 10.4(9.8) 1.9(1.7)	じゃがいも、胚芽米	牛乳調理用、鶏もも肉、無塩バター	たまねぎ、クリームコーン缶、にんじん、しいたけ、グリーンピース			
17 月	さばの味噌煮、ひじきの炒め煮、りんご、沢庵糖	255.4(409.4) 18.2(20.0) 10.7(10.9) 2.1(1.9)	しらす、砂糖、サラダ油、胚芽米	○ヨーグルト、さば、豚もも肉千切り、米がね、さつまいも、芽ひじき、かつお節	りんご、にんじん、茎わかめ、千切り、きんぴら、しょうが、○バナナ	しょうゆ、みりん、酒、食塩	バナナ	ヨーグルト
18 火	鶏肉のパン粉焼き、かぼちゃサラダ、みかん、みど汁	430.8(530.5) 20.3(21.5) 20.1(19.6) 1.8(1.5)	○薄力粉、砂糖、マヨネーズ、パン粉、○サラダ油、胚芽米	○牛乳、鶏もも肉、厚揚げ、豆腐、ロースハム千切り、米がね、いわし	みかん、かぼちゃ、○バナナ、たまねぎ、ほうろく、きゅうり、にんじん、パセリ、にんにく	白ワイン、食塩、こしょう、○食塩	マリービスケット	牛乳 バナナケーキ
19 水	すき焼き風煮、チーズ納豆、みかん、みど汁	447.6(538.8) 21.3(20.7) 26.1(22.5) 2.0(1.7)	じゃがいも、しらす、○薄力粉、○砂糖、サラダ油、胚芽米	○牛乳、豚肩ロース、焼き豆腐、ひきわり納豆、無塩バター、ダイスカットチーズ、米がね、いわし	みかん、はくさい、ほうろく、とうもろこし、にんじん、えのきたけ、○バナナ	しょうゆ	バナナ	牛乳 手作りクッキー
20 木	豚肉のしょうが炒め、しらすサラダ、いよかん、みど汁	332.0(448.8) 16.8(16.8) 9.1(9.1) 2.3(1.9)	○白ご飯(精白米の分量)、じゃがいも、○揚げ玉、サラダ油、ごま油、胚芽米	豚もも肉スライス、米がね、しらす、○ごんぶ、いわし、○青のり	いよかん、たまねぎ、ごま油、キャベツ、チンゲンサイ、しいたけ、にんじん、しょうが	しょうゆ、酒、みりん、○しょうゆ、酢、○食塩	アスパラガスビスケット	麦茶 だめおにぎり
21 金	キャベツメンチカツ、白菜サラダ、みかんゼリー、みど汁	422.1(509.6) 20.4(19.6) 19.9(17.5) 2.3(1.9)	○食パン、パン粉、揚げ油、薄力粉、砂糖、胚芽米	○牛乳、豚ひき肉、豆腐(木綿)、卵、米がね、生わかめ、ツナフレーク、いわし	はくさい、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、きゅうり、とうもろこし、○いちごジャム、にんじん	中濃ソース、酢、食塩、こしょう	高りんごゼリー	牛乳 ジャムサンド(いちご)
22 土	 焼肉丼、麦茶	316.8(414.2) 13.2(14.0) 13.2(12.2) 1.3(1.1)	砂糖、胚芽米	豚肩ローススライス	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが	しょうゆ、酒、食塩、こしょう		
25 火	鮭の生巻焼き、洋風さんびら、バナナ、みど汁	317.3(436.1) 19.7(19.1) 11.2(10.5) 2.0(1.7)	○薄力粉、しらす、○片栗粉、焼餅、○サラダ油、砂糖、○砂糖、胚芽米	○牛乳、鮭、米がね、ベーコン、○ピザ用シュレットチーズ、いわし	バナナ、はくさい、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、きゅうり、とうもろこし、いちご、○いちごゼリー(高りんご)	しょうゆ、○しょうゆ、○酢、酒、みりん	ミニゼリー	牛乳 チーズ千切り
26 水	コロッケ、しょうゆフレンチ、豆腐フリン、みど汁	352.9(471.8) 14.9(15.6) 14.5(13.9) 1.9(1.6)	じゃがいも、パン粉、揚げ油、薄力粉、サラダ油、胚芽米	○フレンチヨーグルト、豚ひき肉、米がね、卵、ツナフレーク、いわし	たまねぎ、キャベツ、○バナナ、○バナナ、みかん、たまねぎ、とうもろこし、○白熊餅、みかん缶、ほうろく、ねぎ、にんじん	ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、酢、食塩、こしょう	チョコビスケット	 ぞうじさんリクエスト うずまきソフト
27 木	 誕生会献立 チキンライス、 フレンチサラダ、 ラフランスゼリー、 野菜スープ	381.4(345.4) 12.5(11.2) 10.5(9.5) 1.6(1.5)	白ご飯(精白米の分量)、サラダ油	鶏もも肉、ベーコン(ショルダー)、無塩バター	キャベツ、たまねぎ、ごま油、とうもろこし、きゅうり、番パプリカ、黄パプリカ、ピーマン、にんじん、○ごもも冷凍野菜	ケチャップ、コンソメ、酢、食塩、こしょう	野菜ジュース	麦茶 誕生会デザート
28 金	チーズハンバーグ、コールスロー、りんごゼリー、かぼちゃのポターージュ	322.5(423.1) 13.1(13.5) 20.1(17.3) 1.2(1.0)	パン粉、サラダ油、砂糖、胚芽米	豚ひき肉、牛乳調理用、生クリーム、ダイスカットチーズ、無塩バター	たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、ピーラー、きゅうり、にんじん、パセリ	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、酢、食塩、こしょう	味しらべ	麦茶 星たべ

※食材の納品状況により、献立が変更になる場合があります。

※緑色の字は、手作りおやつです。

※オレンジ色の字は完全給食の日です。

※スプーンの方が食べやすい献立に、



(スプーン) のマークが付いています。

