



2019年度 2月 給食献立表

あい保育園 祇園

3歳未満児 3歳以上児

日付	午前のおやつ	給食	午後のおやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をとのえるもの	エネルギーたんぱく質	エネルギーたんぱく質	
1(土)	ラスク 牛乳	きのこの和風パスタ みかん 春菊の味噌汁	クリームチーズの パウンドケーキ 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき 油あげ クリームチーズ 卵	食パン 無塩バター 三温糖 スバゲティ オリーブ油 薄力粉	しめじ エリンギ たまねぎ ほうれんそう 青じそ みかん しゅんぎく レモン	512kcal 17.4g	594kcal 19.7g	
3(月)	じゃがバター 牛乳	節分メニュー🍡		牛乳 卵 のり いわし 鶏肉 大豆	じゃがいも バター 米 三温糖 薄力粉 パン粉 油 こんにやく かたくり粉	にんじん きゅうり しいたけ 大根 ねぎ	499kcal 18.0g	594kcal 21.4g	
4(火)	グレープ ゼリー 牛乳	ごはん 鶏肉の胡麻照り焼き もやしの酢の物 豆腐の味噌汁	ウインナー スコーン 牛乳	ゼラチン 牛乳 鶏肉 ひじき 豆腐 ウインナー	三温糖 米 油 白ゴマ 薄力粉 バター	グレープジュース もやし きゅうり にんじん えのきたけ ねぎ パセリ	489kcal 17.1g	590kcal 19.8g	
5(水)	マヨトースト 牛乳	ごはん 豚肉の生姜焼き 菜の花のお浸し 白菜のおすまし	ベビースター ラーメン風 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき かつお節 ツナ	食パン マヨネーズ 米 油 三温糖 中華めん	もやし たまねぎ しょうが 菜の花 キャベツ しめじ はくさい にんじん ねぎ	509kcal 16.5g	589kcal 18.3g	
6(木)	ココア蒸しパン 牛乳	ごろごろチーズパン ミートポテト りんご ブロッコリーのポターージュ	焼きおむすび 牛乳	牛乳 卵 チーズ 豚ひき肉 わかめ	ホットケーキミックス 強力粉 三温糖 バター じゃがいも 米 白ゴマ	にんじん グリンピース たまねぎ りんご ブロッコリー	493kcal 18.0g	590kcal 21.4g	
7(金)	フルーチェ	ごはん マーボー豆腐 おからサラダ 卵スープ	りんごマフィン 牛乳	牛乳 豚ひき肉 豆腐 おから ひじき わかめ 卵	米 三温糖 かたくり粉 ごま油 マヨネーズ 薄力粉 油	いちごジャム たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり もやし りんご レモン	449kcal 16.0g	598kcal 21.1g	
8(土)	麩ラスク 牛乳	カレーうどん 切干大根の煮物 ばなな	和風お焼き 牛乳	牛乳 豚肉 油あげ ツナ つけのり チーズ 卵	ふ バター 三温糖 うどん 油 米	にんじん ねぎ たまねぎ しめじ 切り干し大根 さやえんどう パナナ	512kcal 16.8g	601kcal 18.7g	
10(月)	リンゴの コンポート 牛乳	ゆかりご飯 鯖の味噌煮 大根サラダ 麩のすまし汁	ベーコン チーズロール 牛乳	牛乳 さば ひじき 牛乳 チーズ ベーコン 卵	三温糖 米 マヨネーズ ふ 強力粉 バター	りんご レモン 青じそ しょうが汁 大根 水菜 にんじん たまねぎ ねぎ	486kcal 17.8g	589kcal 22.0g	
12(水)	牛乳寒天	ごはん 鶏天 セロリの胡麻マヨネーズ和え とろろ昆布の味噌汁	ボックスクッキー 牛乳	牛乳 寒天 鶏肉 卵 ハム ひじき とろろ昆布 牛乳	三温糖 米 薄力粉 油 白ゴマ マヨネーズ バター	セロリ ごぼう もやし たまねぎ ねぎ	474kcal 15.6g	619kcal 20.9g	
13(木)	ころころ さつま芋 牛乳	ベジパン ポークピーンズ 菜の花のスパノテー かぶのコンソメスープ	五平もち 牛乳	牛乳 豚肉 大豆	さつまいも 三温糖 油 スバゲティ もち米 米 かたくり粉	しいたけ しめじ 菜の花 かぶ ごまつな もやし	511kcal 15.9g	611kcal 18.5g	
14(金)	黒糖麩ラスク 牛乳	おかかごはん 野菜炒め 五目煮 ばなな	バレンタイン ケーキ 牛乳	牛乳 かつお節 豚肉 大豆 ひじき 油あげ 鶏卵	ふ バター 黒砂糖 米 油 三温糖 生クリーム ホットケーキミックス	なす ビーマン にんじん たまねぎ キャベツ もやし グリンピース パナナ いちご	505kcal 17.5g	617kcal 20.8g	
15(土)	じゃが芋の 磯和え 牛乳	豚しらす丼 みかん なめこのすまし汁	フレンチトースト 牛乳	あおのり 牛乳 豚肉 しらす干し 卵	じゃがいも 米 三温糖 フランスパン バター	たまねぎ にんじん ほうれんそう みかん なめこ ねぎ	488kcal 16.1g	590kcal 18.6g	
17(月)	豆腐 きな粉もち 牛乳	ごはん 肉じゃが フレンチサラダ ごぼうの味噌汁	あんまん 牛乳	豆腐 きな粉 牛乳 豚ひき肉 ハム ひじき あずき	三温糖 かたくり粉 米 じゃがいも しらたき 油 薄力粉 強力粉	にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり ごぼう ねぎ	501kcal 18.0g	594kcal 19.6g	
18(火)	チーズの 蒸しケーキ 牛乳	ごはん 鶏レバーの中華炒め ハンサンスー ピリ辛スープ	バナナの ソフトクッキー 牛乳	チーズ 牛乳 レバー 鶏肉 ハム 卵 きな粉	薄力粉 三温糖 米 油 ごま油 かたくり粉 はるさめ ホットケーキミックス バター	しょうが汁 なら にんじん たまねぎ きゅうり ごまつな キムチ パナナ	512kcal 17.3g	588kcal 19.3g	
19(水)	ボン菓子 牛乳	【広島探し:広島菜】		牛乳 卵 ベーコン ひじき あずき きな粉	強力粉 三温糖 バター 油 白ゴマ マヨネーズ さつまいも もち米 米	パイナップル ほうれんそう かぼちゃ 広島菜 ブロッコリー もやし にんじん グリンピース たまねぎ	505kcal 16.6g	591kcal 19.5g	
20(木)	シナモン トースト 牛乳	お誕生日ランチプレート🍷		牛乳 ちりめんじゃこ 豚ひき肉 豆腐 ひじき ウインナー 卵	食パン 無塩バター 三温糖 米 かたくり粉 スバゲティ 油 ホットケーキミックス 薄力粉	梅干し たまねぎ れんこん しょうが にんじん いよかん いちご	512kcal 17.9g	602kcal 20.4g	
21(金)	クラッカーピザ 牛乳	ごはん すき焼き風煮 キャベツの酢の物 大根の味噌汁	クリーム チーズパイ 牛乳	チーズ 牛乳 豚肉 牛肉 焼き豆腐 かまぼこ ひじき わかめ クリームチーズ	クラッカー 米 しらたき 三温糖 パイ皮	コーン はくさい ねぎ しいたけ にんじん キャベツ もやし 大根 たまねぎ	496kcal 16.8g	594kcal 18.4g	
22(土)	りんご ヨーグルト	具沢山しょうゆラーメン りんご 胡麻和え	小豆 パウンドケーキ 牛乳	ヨーグルト 豚肉 ひじき 卵 あずき 牛乳	三温糖 中華めん 白ゴマ ホットケーキミックス バター	りんご もやし にんじん キャベツ ねぎ オクラ もやし コーン	473kcal 15.4g	600kcal 19.4g	
25(火)	マカロニ みたらし 牛乳	大根葉のご飯 ししやもの香草パン粉焼き もやしのナムル けんちん汁	ポップコーン 牛乳	牛乳 ししやも ひじき 豆腐	マカロニ 三温糖 かたくり粉 米 ごま油 白ゴマ バター パン粉 油	だいこん もやし なら にんじん ごぼう 大根 ねぎ とうもろこし	486kcal 16.5g	588kcal 19.0g	
26(水)	ココア麩ラスク 牛乳	焼きそば 切干大根のサラダ エリンギのスープ	さつま芋のケーキ 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき 卵	ふ バター 三温糖 中華めん 白ゴマ ごま油 油 さつまいも ホットケーキミックス	キャベツ にんじん ビーマン もやし ねぎ 切り干し大根 きゅうり エリンギ たまねぎ ほうれんそう	512kcal 16.0g	625kcal 18.4g	
27(木)	りんごの 蒸しパン 牛乳	リクエスト献立 すみれ組★		牛乳 さけ 鶏肉 卵 ひじき ツナ わかめ あおのり	薄力粉 三温糖 米 かたくり粉 油 白ゴマ じゃがいも バター	りんご しょうが レタス にんじん たまねぎ もやし	564kcal 20.4g	590kcal 20.5g	
28(金)	きな粉ケーキ 牛乳	カレーパーティ(すみれ組クッキング)		牛乳 きな粉 豚肉 牛肉 ハム ひじき 寒天 竹輪 チーズ	ホットケーキミックス 三温糖 じゃがいも 米 はるさめ マヨネーズ 強力粉 油	にんじん たまねぎ きゅうり オレソージュース	513kcal 16.6g	597kcal 18.7g	
29(土)	さつま芋の オレンジジュース煮 牛乳	中華丼 高野豆腐のサラダ ばなな	ジャム サンドイッチ 牛乳	牛乳 豚肉 高野豆腐 ツナ ひじき	さつまいも 三温糖 米 マヨネーズ 食パン いちごジャム	オレンジジュース レーズン にんじん たまねぎ チンゲンサイ はくさい もやし ほうれんそう パナナ	509kcal 16.8g	604kcal 19.7g	
※ やむを得ず、献立を変更する場合がございます。							498kcal	598kcal	
※ 午前のおやつは、3歳未満児のみとなります。							1か月平均	16.9g	19.7g