

令和2年 2月 乳児 献立表

へきなんこども園

日付	10 食	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質脂質
1(土)	ジュース	マーボー丼、春雨サラダ、ヨーグルト、牛乳	せんべい	豆腐(木綿)、豚ひき肉、みそ(米) 赤色辛みそ、ハム(ロース)、牛乳	米・七分つき米、ごま油、三温糖、かたくり粉、はるさめ(緑豆)、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	たまねぎ、なす、れんこん(ゆで)、ねぎ(葉ねぎ)、にら、ピーマン、にんじん、しょうが、とうもろこし(ホールネール)	492kcal 14.6g 12.4g
3(月)	しるこスティック	バターロールパン、ポークビーンズ、キャベツサラダ、牛乳	サッポロポテト	大豆(水煮缶詰)、豚もも・脂付、牛乳	バターロールパン、じゃがいも、三温糖、コーンドレッシング	たまねぎ、にんじん、トマト、パセリ、キャベツ、きゅうり、とうもろこし(ホールネール)	304kcal 10.5g 11.2g
4(火)	人参スティック	白い食卓ロール、元気団子、やみつききゅうり、トマト、コンソープ、牛乳	雪の宿	豆腐(木綿)、鶏ひき肉、レバー(鶏肝臓)、あおのり(素干し)、かつお節、鶏卵(全卵・生)、豆乳	白い食卓ロール、かたくり粉、サラダ油、ごま油、じゃがいも、雪の宿	にんじん、しょうが、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり、トマト、とうもろこし(クリーム状)、とうもろこし	329kcal 12.6g 15.2g
5(水)	まがりせんべい	七分付き玄米、みそカツ、ほうれん草の和え物、けの汁、お茶	パンナコッタ	鶏もも皮つき(若鶏)、鶏卵(全卵・生)、みそ(米) 赤色辛みそ、しらす干し、油あげ、豆腐(木)	まがりせんべい、米・七分つき米、薄力粉(1等)、パン粉、三温糖	ほうれんそう、もやし(大豆)、大根、にんじん、ごぼう	497kcal 18.1g 17.9g
6(木)	ばりんこ	五目ラーメン、かぼちゃのそぼろあんかけ、お茶	バタースティックパンまめ7びよ	豚もも・脂付、鶏ひき肉	ばりんこ、中華めん(ゆで)、ごま油、かたくり粉、バタースティックパン	とうもろこし(ホールネール)、もやし(大豆)、チンゲンサイ、にんじん、しめじ(ぶなしめじ)、ねぎ	430kcal 14.8g 11.4g
7(金)	ココナッツサブレ	キッズビビンバ、さつま芋のレモン煮、みかん、お茶	するめ、一口チーズ、牛乳	鶏ひき肉、うずら卵(水煮缶詰)、するめ、一口チーズ、牛乳(おやつ)	米・精白米、ごま油、サラダ油、さつまいも、三温糖	ねぎ(葉ねぎ)、しょうが、もやし(大豆)、にんじん、ほうれんそう、レモン(果汁)、みかん	468kcal 16.1g 19.1g
8(土)	ジュース	親子うどん、青菜の和え物、プリン、牛乳	せんべい	鶏もも皮つき(若鶏)、油あげ、なると鶏卵(全卵・生)、かつお節、牛乳	うどん(ゆで)、せんべい	万能ねぎ、しいたけ(干、乾)、にんじん、ほうれんそう、ごまつなもやし(大豆)	421kcal 15.2g 11.0g
10(月)	サッポロポテトバーベキュー味	ごはん、野菜ふりかけ、おでん、ささみとキャベツのサラダ、お茶	ココナッツサブレ、ヤクルト	生揚げ、うずら卵(水煮缶詰)、はんぺん、竹輪(焼き竹輪)、かつお節、昆布、鶏ささ身(若鶏)	米・精白米、すりいりごま、三温糖	大根、キャベツ	467kcal 19.8g 13.0g
12(水)	おにぎりせんべい	七分付き玄米、ホイコーロー、卵スープ、お茶	さつま芋とりんごのケーキ	豚もも・脂付、みそ(米) 赤色辛みそ、鶏卵(全卵・生)、豆腐(絹ごし)、カットわかめ	おにぎりせんべい、米・七分つき米、三温糖、薄力粉(1等)、さつまいも、サラダ油、マーガリン	にんじん、キャベツ、ピーマン、たまねぎ、かぶ、根、りんご	441kcal 14.0g 13.4g
13(木)	味しらべ	ハヤシライス、ポパイサラダ、バナナ、牛乳	スティックパン	豚肩ロース・脂付、ハム(ロース)、牛乳	味しらべ、米・精白米、じゃがいも、マカロニ(乾)、マヨネーズ(卵黄型)、スティックパン	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム(ゆで)、ほうれんそう、とうもろこし(ホールネール)、バナナ	509kcal 11.3g 17.6g
14(金)	雪の宿	食パン、イチゴジャム、コロッケ、スイートポテトサラダ、野菜スープ、牛乳	しるこスティック	いかの香味揚げ、ハム(ロース)、ベーコン(豚)、牛乳	雪の宿、食パン、さつまいも、マヨネーズ(卵黄型)	いちごジャム、きゅうり、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、もやし(緑豆)	350kcal 10.0g 13.4g
15(土)	ジュース	すき焼き丼、チンゲン菜と卵の和え物、ヨーグルト、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、焼き豆腐、なると鶏卵(全卵・生)、牛乳	米・精白米、しらたき、三温糖、せんべい	ねぎ(白)、白菜、ゆで、しいたけ(菌床)、生、チンゲンサイ	476kcal 20.2g 10.9g
17(月)	ハーベスト	ごはん、肉じゃが、三平汁、お茶	ハードビスケット、まめ7びよ	豚肩ロース・脂付、かつお節、さけ(塩ざけ)、昆布	米・精白米、じゃがいも、しらたき、三温糖	にんじん、たまねぎ、さやえんどう、大根、ねぎ(葉ねぎ)	437kcal 15.4g 11.3g
18(火)	さつま芋スティック	七分付き玄米、油淋鶏、ブロックリーのおかか和え、中華スープ、お茶	小豆バタースティック	鶏もも皮つき(若鶏)から揚げ、かつお節、鶏卵(全卵・生)、豆腐(木綿)、カットわかめ	さつまいも、米・七分つき米、かたくり粉、揚げ油、砂糖・上白糖、ごま油、はちみつ、小豆バター	しょうが(おろし)、ねぎ(白)、ブロックリー、とうもろこし(ホールネール)、チンゲンサイ	409kcal 13.3g 7.4g
19(水)	ぼたぼた焼き	ドライカレー、コーンスープ、サラダ、ミルクスープ、お茶	パンキックケーキ	豚ひき肉、チーズ(ハルマサン)、ハム(ロース)、ソーセージ(ウイナー)、牛乳、生クリーム、鶏卵	ぼたぼた焼き、米・精白米、サラダ油、三温糖、じゃがいも、薄力粉(1等)、マーガリン(ワフタイ)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、レーズン、キャベツ、きゅうり、チンゲンサイ、かぼちゃ	522kcal 11.6g 19.0g
20(木)	サッポロポテト	米粉ロールパン、鮭のフライ、オーロラソース、大豆のころころサラダ、カレールー	コーンフレーク	さけ、鶏卵(全卵・生)、大豆(水煮缶詰)、ソーセージ(ウイナー)、牛乳	米粉のロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、マヨネーズ(卵黄型)、まがりせんべい	きゅうり、にんじん、たまねぎ、パセリ	356kcal 17.4g 15.3g
21(金)	ハードビスケット	豚肉の柳川風丼、鶏肉とブロックリーの和風マヨネーズ、バナナ、お茶	まがりせんべい	豚肩ロース・脂付、鶏卵(全卵・生)、かつお節、生揚げ、鶏むね皮なし(若鶏)、牛乳	米・精白米、三温糖、マヨネーズ(卵黄型)、砂糖・上白糖、コーンフレーク、フルーツグラ	たまねぎ、にんじん、ごぼう、ブロックリー、りんご	455kcal 16.5g 12.9g
22(土)	ジュース	あんかけ焼きそば、ポテトサラダ、プリン、牛乳	せんべい	豚もも・脂付、牛乳	焼きそば、かたくり粉、じゃがいも、マヨネーズ(全卵型)、せんべい	キャベツ、もやし(大豆)、にんじん、ピーマン、たけのこ(ゆで)、きゅうり	426kcal 9.1g 15.6g
25(火)	人参スティック	クファージュシー、ほうれん草の和え物、豆腐のみそ汁、お茶	肉まん あんまん	豚ばら・脂付、しらす干し、豆腐(木綿)、カットわかめ、かつお節、みそ(米) 赤色辛みそ	ごはん、里芋、肉まん、あんまん	にんじん、しいたけ(原木)・生、ほうれんそう、もやし(大豆)、大根、えのきたけ、なす	255kcal 9.6g 8.1g
26(水)	かつばえびせん	黒糖ロールパン、エビフライ、せん野菜、トマト、ポテトとチキンのスープ、牛乳	お好み焼き	えび(ハナメヒ)、養殖鶏卵(全卵・生)、ツナ缶(油漬フレーク)ライト、鶏もも皮つき(若鶏)、牛乳	黒糖ロールパン、薄力粉(1等)、パン粉、マヨネーズ(卵黄型)、じゃがいも、長いも	きゅうり、大根、とうもろこし(ホールネール)、トマト、たまねぎ、とうもろこし(クリーム状)、にんじん、キャ	456kcal 16.7g 24.1g
27(木)	しるこスティック	ミートスパゲティ、かいじゅうサラダ、みかん、牛乳	ばりんこ	豚ひき肉、チーズ(ハルマサン)、牛乳	スパゲティ、サラダ油、さつまいも、コーンフレーク、マヨネーズ(卵黄型)、ばりんこ	たまねぎ、にんじん、パセリ、かぼちゃ、きゅうり、みかん	487kcal 15.8g 18.1g
28(金)	まがりせんべい	ブランロールパン、魚のステーキソースがけ、れんこんサラダ、白菜スープ、牛乳	バームクーヘン	ホキ、ハム(ロース)、ベーコン(豚)、牛乳	まがりせんべい、ブランロールパン、かたくり粉、三温糖、サラダ油、マヨネーズ(卵黄型)、は	たまねぎ、れんこん、にんじん、はくさい、ねぎ(葉ねぎ)	370kcal 11.3g 13.3g
29(土)	ジュース	タコライス、スイートポテトサラダ、ヨーグルト、牛乳	せんべい	豚ひき肉、ハム(ロース)、牛乳	米・精白米、さつまいも、マヨネーズ(卵黄型)、せんべい	たまねぎ、キャベツ、トマト、きゅうり	550kcal 13.5g 16.6g

月平均栄養価 エネルギー 431kcal たんぱく質 14.2g 脂質 14.3g

※献立表の内容を変更しました。食事の材料やカロリーなどを詳しくお知らせしています。

\*材料の都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい。

\*砂糖は、漂白していない三温糖・塩は、天然塩を使用しています。

※2月は、リトルワールドで世界の事を学びます。食事も日本各地の郷土料理を食べたいと思います。

5日(水)味噌カツ(愛知)、けの汁(青森)、17日(月)三平汁(北海道)、25日(火)クファージュシー(沖縄)

26日(水)おやつのお好み焼き(大阪)は、年長さんが作ってくれます。お楽しみに！！