



令和3年2月献立表(未満児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄	赤	緑	
			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	
01月	17水	昼食 御飯 みそ汁 キャベツメンチカツ いんげんのごま和え りんご	米 油 ごま和えの素	みそ メンチカツ ハム	大根、人参 いんげん、人参 りんご	エネルギー 441KCal たんぱく質 13.7g 脂 質 15.4g カルシウム 174mg
		午後おやつ 牛乳 スイートポテト	さつまいも、砂糖	牛乳 牛乳、バター、卵(黄)		
02火	節分給食	昼食 あかおにオムライス いわしのつみれ団子汁 こん棒ハンバーグ きゅうりと大豆もやしのサラダ みかん	米、油 和風ドレッシング	卵、鶏挽肉、豚挽肉、のり つみれ、みそ ハンバーグ ハム	玉ねぎ、人参、グリーンピース ねぎ アスパラガスビスケット 大豆もやし、きゅうり、人参 みかん	エネルギー 474KCal たんぱく質 17.8g 脂 質 17.0g カルシウム 157mg
		午後おやつ 牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳		
03水	18木	昼食 御飯 すまし汁 さわらのもやしあんかけ きんぴらごぼう もも缶	米 片栗粉、ごま油、砂糖 ごま、砂糖、油	わかめ さわら 鶏肉、さつまいも揚げ	人参、えのき もやし、人参、ねぎ、しょうが 人参、ごぼう もも缶	エネルギー 456KCal たんぱく質 18.4g 脂 質 13.4g カルシウム 209mg
		午後おやつ 牛乳 黒糖蒸しパン	ホットケーキミックス、黒砂糖、油	牛乳 豆乳		
04木	15月	昼食 カレーうどん みそ汁 ブロッコリーのマヨネーズ和え パイン缶	うどん、カレールウ マヨネーズ	豚肉、油揚げ みそ かにかま	玉ねぎ、人参、ねぎ かぼちゃ、えのき ブロッコリー、人参、コーン パイン缶	エネルギー 370KCal たんぱく質 13.0g 脂 質 10.7g カルシウム 179mg
		午後おやつ 牛乳 キャロットゼリー	砂糖	牛乳 粉寒天	人参、オレンジ濃縮果汁、レモン果汁	
05金	16火	昼食 ロールパン(いちご&マーガリン) クリームシチュー マカロニサラダ バナナ	ロールパン、マーガリン じゃが芋、油、シチューの素 マカロニ、マヨネーズ	牛乳、鶏もも肉 ハム	いちごジャム 玉ねぎ、人参、コーン、いんげん きゅうり、人参 バナナ	エネルギー 469KCal たんぱく質 14.9g 脂 質 17.5g カルシウム 224mg
		午後おやつ 牛乳 お米deメープルマフィン	お米deメープルマフィン	牛乳		
08月	19金	昼食 御飯 スープ ささ身の中華風揚げ 白菜とツナの和え物 フルーツカクテル缶	米 片栗粉、小麦粉、油 すりごま	ベーコン 鶏ささ身、卵 ツナ	玉ねぎ、人参 白菜、人参、コーン フルーツカクテル缶	エネルギー 422KCal たんぱく質 17.3g 脂 質 11.5g カルシウム 61mg
		午後おやつ 野菜ジュース ストロベリーゼリー ウエハース		ストロベリーゼリーの素 ウエハース	野菜ジュース	
09火	26金	昼食 ハムマヨチーズ ポトフ かまぼこサラダ りんご	食パン、マヨネーズ じゃが芋、油 和風ドレッシング	チーズ、ハム ウインナーソーセージ かまぼこ	玉ねぎ、人参、キャベツ ブロッコリー、きゅうり、人参 りんご	エネルギー 434KCal たんぱく質 16.7g 脂 質 22.1g カルシウム 204mg
		午後おやつ 牛乳 フライドポテト	フライドポテト	牛乳		
10水	25木	昼食 二色ご飯 なめこのみそ汁 大根と里芋の煮物 パイン缶	米、砂糖 さといも、砂糖、油	卵、鶏挽肉、豚挽肉 みそ、わかめ さつまいも揚げ、鶏肉	絹さや なめこ、ねぎ 人参、大根 パイン缶	エネルギー 500KCal たんぱく質 20.8g 脂 質 15.0g カルシウム 148mg
		午後おやつ 牛乳 おに蒸しパン	さつまいも、ホットケーキミックス、砂糖、油	牛乳 豆乳、卵		
12金	22月	昼食 御飯 みそ汁(あさり) ハートのチーズハンバーグ ほうれん草とベーコンの和え物 オレンジ	米 砂糖	あさり、みそ ハンバーグ、スライスチーズ ベーコン	葉ねぎ ほうれん草、コーン、人参 オレンジ	エネルギー 464KCal たんぱく質 18.4g 脂 質 19.0g カルシウム 247mg
		午後おやつ 牛乳 イチゴのハートカップ(豆乳ムース)		牛乳 イチゴのハートカップ		
24水	お誕生日給食	昼食 かわりわかめ御飯 麩のすまし汁 揚げチーズはんぺん 大根サラダ マスカットゼリー	米 焼ふ マヨネーズ	卵、チャーシュー、わかめご飯の素 はんぺん、スライスチーズ かにかま マスカットゼリーの素	枝豆 えのき、ねぎ 大根、きゅうり、人参	エネルギー 507KCal たんぱく質 17.9g 脂 質 10.0g カルシウム 229mg
		午後おやつ ジョア ショートケーキ	砂糖、小麦粉	ジョア 卵、牛乳、バター、生クリーム		

※おやつ 2月11日(木) しっとり蒸しケーキ(いちご) 2月13日(土) サッポロポテト
2月20日(土) お楽しみ動物ホットケーキ 2月23日(火) 蒸しパン(バナナ) 2月27日(土) マンナ(クッキー)
※2月15日(月) 2月25日(木) パック牛乳 ⇒(アレルギーで提供不可の園児)グリコ幼児りんご100ml
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。