令 和 5 年 2 月 献 立 表（未満児）

日	曜	時間帯	献立	材料名 黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	栄養価
1	木	昼食	肉みそうどん	うどん、砂糖、片栗粉	豚肉、みそ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ	
			すまし汁			わかめ、コーン	エネルギー 368KCal
			キャベツのおかか和え		ちくわ、かつお節	キャベツ、きゅうり	たんぱく質 13.0g
			みかん			みかん	脂 質 6.1g
		午後おやつ	麦茶		麦茶		カルシウム 92mg
			やわらかおかき(うすしお)	やわらかおかき(うすしお)			食塩相当量 3.0g
2	19	昼食	オムライス	米	鶏肉	たまねぎ、にんじん	
	月		コンソメスープ			白菜、えのき	エネルギー 598KCal
	☆節分給食☆		コロコロサラダ	マヨネーズ	水煮大豆、ベーコン	きゅうり、にんじん、コーン	たんぱく質 20.0g
			バナナ			バナナ	脂 質 22.1g
		午後おやつ	牛乳		牛乳		カルシウム 167mg
			たまごボーロ	たまごボーロ			食塩相当量 1.5g
5	20	昼食	ご飯	米			
月	火		みそ汁	じゃがいも	みそ	たまねぎ	エネルギー 485KCal
			鶏肉のカレー焼き	油	鶏肉	にんにく	たんぱく質 21.2g
			小松菜の煮浸し		さつま揚げ	小松菜、にんじん	脂 質 14.2g
			白桃缶			白桃缶	カルシウム 257mg
		午後おやつ	牛乳		牛乳		食塩相当量 1.6g
			ソフトシュークリーム	ソフトシュークリーム			
6	22	昼食	ふりかけご飯（やさい）	米		やさいふりかけ	
火	木		みそ汁	さつまいも、焼き麸	みそ		エネルギー 518KCal
			魚のマヨネーズ焼き	マヨネーズ	メルルーサ	パセリ	たんぱく質 19.5g
			にんじんシリシリ	すりごま、ごま油	卵、ツナ	にんじん	脂 質 17.8g
			洋なし缶			洋なし缶	カルシウム 168mg
		午後おやつ	牛乳		牛乳		食塩相当量 1.7g
			焼きプリンタルト	焼きプリンタルト			
7	16	昼食	ハヤシライス	米	豚肉	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム	
水	金		ナゲット		ナゲット		エネルギー 588KCal
			もやしのナムル	ごま、ごま油	ハム	もやし、にんじん	たんぱく質 19.6g
			りんご			りんご	脂 質 18.6g
		午後おやつ	牛乳		牛乳		カルシウム 169mg
			丸ぼうろ	丸ぼうろ			食塩相当量 2.1g
8	21	昼食	ロールパン(いちご＆マーガリン)	ロールパン、いちご＆マーガリン			
木	水		野菜スープ			キャベツ、にんじん	エネルギー 401KCal
			オムレツ		オムレツ		たんぱく質 13.8g
			はるさめサラダ	春雨、中華ドレッシング	魚肉ソーセージ	きゅうり、にんじん	脂 質 14.3 g
			パイン缶			パイン缶	カルシウム 87mg
		午後おやつ	麦茶		麦茶		食塩相当量 1.7gg
			お好み焼き	お好み焼き	かつお節	青のり	
9	29	昼食	ご飯	米			
金	木		すまし汁	焼き麸		あさつき	エネルギー 529KCal
			鶏肉のごまみそ焼き	砂糖、すりごま	鶏肉、みそ		たんぱく質 23.5g
			豆腐の煮物	砂糖	豆腐、さつま揚げ	にんじん、いんげん、しいたけ	脂 質 15.6g
			フルーツカクテル缶			フルーツカクテル缶	カルシウム 195mg
		午後おやつ	牛乳		牛乳		食塩相当量 1.8g
			ソフトクレープ(バナナ)	ソフトクレープ(バナナ)			
13	26	昼食	ご飯	米			
火	月		みそ汁		みそ	かぼちゃ、ほうれん草	エネルギー 508KCal
			白身魚のフライ	油	白身魚のフライ		たんぱく質 19.5g
			ブロッコリーのサラダ	フレンチドレッシング	ベーコン	ブロッコリー、にんじん、コーン	脂 質 13.9g
			みかん缶			みかん缶	カルシウム 171mg
		午後おやつ	牛乳		牛乳		食塩相当量 2.0g
			たまごパン	たまごパン			
14	☆バレンタイン給食☆	昼食	ご飯	米			
水			すまし汁		豆腐	あさつき	エネルギー 636KCal
			ハートのハンバーグ		ハートのハンバーグ		たんぱく質 20.9g
			大根とツナのサラダ	和風ドレッシング	ツナ	だいこん、きゅうり、コーン	脂 質 26.5g
			カットゼリー(マスカット)			カットゼリー	カルシウム 166mg
		午後おやつ	牛乳		牛乳		食塩相当量 1.8g
			クッキー	小麦粉、無塩バター、砂糖	卵		
15	27	昼食	豚丼	米、片栗粉	豚肉	たまねぎ、ねぎ、しょうが、にんにく	
木	火		みそ汁		みそ、油揚げ	なめこ	エネルギー 579KCal
			ごぼうときゅうりのサラダ	マヨネーズ	ベーコン	ごぼう、にんじん、きゅうり、コーン	たんぱく質 17.5g
			黄桃缶			黄桃缶	脂 質 26.2g
		午後おやつ	野菜ジュース			野菜ジュース	カルシウム 67mg
			お麸のラスク(きな粉)	麸、無塩バター、砂糖	きな粉		食塩相当量 1.6g
28	☆お誕生日給食☆	昼食	ミートスパゲティー	スパゲティ、油、砂糖	豚肉	たまねぎ、にんじん	
水			コンソメスープ			だいこん、たまねぎ	エネルギー 590KCal
			さつまいものサラダ	さつまいも、ごまドレッシング	魚肉ソーセージ	きゅうり	たんぱく質 20.1g
			ストロベリーゼリー			ストロベリーゼリーの素	脂 質 13.0g
		午後おやつ	ジョア		ジョア		カルシウム 338mg
			ケーキ		ケーキ、生クリーム		食塩相当量 1.8g

※おやつ 2月10日(土) アンパンマンビスケット 2月12(月) ベジたべる 2月23(金)たべっ子どうぶつ 2月24日(土) サッポロポテト
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。