

R8年2月

給食予定献立表

【以上児】

日	曜	10時	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	栄養量
2	月	牛乳	ごはん 魚の竜田揚げ キャベツのおかか和え 味噌汁 りんご缶	牛乳ケーキ 麦茶	牛乳・さわら・竹輪・かつお節 油揚げ・味噌	米・片栗粉・油・牛乳ケーキ	ほうれん草・キャベツ・人参・大根 りんご缶	543 1.5
3	火	牛乳	節分 お楽しみメニュー	ボーロ 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・チーズ	米・油・さつま芋・マヨネーズ 卵ボーロ	玉葱・人参・ピーマン・きぬさや ブロッコリー・グリーンピース・きゅうり・小松菜 パイナップル	659 2.2
4	水	牛乳	ロールパン いちごジャム かぼちゃのシチュー わかめサラダ りんご	ひじきごはん 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ・油揚げ	ロールパン・いちごジャム・油・ごま 砂糖・米	かぼちゃ・人参・玉葱・キャベツ・きゅうり わかめ・もやし・りんご・ひじき	640 2.1
5	木	牛乳	ちゃんぽんうどん 焼売 南瓜サラダ パナナ	ワッフル 麦茶	牛乳・鶏肉・なると・焼売・ハム スキムミルク	うどん・ごま油・マヨネーズ ワッフル	キャベツ・人参・もやし・しいたけ・玉葱 葱・かぼちゃ・きゅうり・バナナ	564 2.1
6	金	牛乳	ごはん 鶏肉のトマト煮 ほうれん草としめじの炒め物 味噌汁 オレンジ	ヨーグルト 麦茶	牛乳・鶏肉・ベーコン・味噌 ヨーグルト	米・油・砂糖	玉葱・ほうれん草・しめじ・人参・白菜 もやし・オレンジ	494 2
9	月	牛乳	ごはん タラの照り焼き 納豆サラダ 大根の味噌汁 パイン缶	きな粉揚げパン 麦茶	牛乳・たら・納豆・油揚げ・味噌 きな粉	米・油・マヨネーズ・ロールパン 砂糖	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・大根 わかめ・パイナップル	575 1.9
10	火	牛乳	とり南蛮うどん 野菜チキンボール ブロッコリーとチーズのサラダ バナナ	ゆかりごはん 麦茶	牛乳・鶏肉・なると・チーズ	うどん・砂糖・マヨネーズ・米・ごま	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草・葱 ブロッコリー・キャベツ・コーン・バナナ	527 2.2
12	木	牛乳	ごはん 鶏天 ひじきとツナのサラダ 味噌汁 りんご缶	キャロットケーキ 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ・味噌・卵	米・小麦粉・油・ごま・砂糖 ホットケーキミックス・バター	ひじき・きゅうり・人参・もやし・玉葱・白菜 りんご缶	593 1.7
13	金	牛乳	ハヤシライス シルバーサラダ 小松菜のスープ グレープフルーツ	ベジタべるスナック 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム	米・じゃがいも・油・はるさめ マヨネーズ・ベジタべる	玉葱・人参・しめじ・きゅうり・キャベツ 小松菜・もやし・グレープフルーツ	546 2
14	土		チャーハン 中華スープ	チョコスッッキー	卵	米・油・チョコレート	ミックスベジタブル・葱・玉葱・わかめ	411 1.1
16	月	牛乳	ごはん カレイの和風ステーキ 人参しりしり 白菜の味噌汁 りんご缶	ムースとせんべい 麦茶	牛乳・カレイ・ツナ・味噌	米・小麦粉・油・砂糖・ムース かき氷おせんべい	玉葱・人参・もやし・白菜・ほうれん草 りんご缶	523 1.6
17	火	りんごジュース	ビビンバ丼 キャベツと春雨の和え物 ワカメスープ オレンジ	おから入り蒸しパン 牛乳	豚肉・味噌・かまぼこ・おから・卵 牛乳	米・砂糖・ごま油・はるさめ・ごま ホットケーキミックス	りんご飲料・人参・もやし・ほうれん草 キャベツ・きゅうり・わかめ・玉葱 オレンジ	562 1.9
18	水	牛乳	ごはん 鶏肉のおろし煮 マカロニサラダ 味噌汁 パイナップル	豆乳ゼリー 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク 味噌・豆乳・きな粉	米・砂糖・マカロニ・マヨネーズ	大根・キャベツ・きゅうり・人参・コーン 玉葱・ほうれん草・パイナップル・アガベ	570 1.6
19	木	牛乳	焼きそば カリフラワーのサラダ 中華スープ パナナ	青菜ごはん 麦茶	牛乳・ウインナー・鶏肉・豆腐	焼きそば・油・ごま・ごま油・砂糖・米	キャベツ・玉葱・もやし・人参・青豆 きゅうり・カリフラワー・トマト・チンゲン菜 しいたけ・バナナ	542 2.1
20	金	牛乳	ごはん 鶏肉と野菜の炒め物 ポテトサラダ 小松菜の味噌汁 りんご	マリービスケット 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク 油揚げ・味噌	米・砂糖・ごま油・じゃがいも マヨネーズ・マリービスケット	キャベツ・チンゲン菜・玉葱・人参・もやし しいたけ・ピーマン・きゅうり・小松菜 りんご	558 1.8
21	土		煮込みうどん フルーツ缶	カステラドーナツ	鶏肉	うどん・カステラドーナツ	玉葱・人参・いんげん・パイナップル	344 1.5
24	火	牛乳	ごはん 鮭のタルタルソース焼 納豆和え 味噌汁 りんご缶	フルーツサンド 麦茶	牛乳・鮭・納豆・かつお節・味噌 お豆腐	米・油・パン	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり キャベツ・玉葱・りんご缶・みかん缶 パイナップル	575 1.8
25	水	牛乳	たぬきうどん 厚焼き卵 ごぼうサラダ パナナ	そぼろごはん 麦茶	牛乳・豚肉・かまぼこ・厚焼き玉子 ツナ	うどん・小麦粉・油・米	ほうれん草・白菜・しいたけ・人参 ごぼう・きゅうり・もやし・バナナ	555 1.9
26	木	牛乳	誕生会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・鶏肉・チーズ・ハム・お豆腐	米・バター・マヨネーズ・砂糖 パンケーキ	玉葱・人参・マッシュルーム・グリーンピース ピーマン・キャベツ・きゅうり・コーン パイナップル	634 2.1
27	金	牛乳	ごはん 豆腐の五目煮 肉団子 スープ グレープフルーツ	ココナッツサブレ 麦茶	牛乳・鶏肉・豆腐・ミートボール	米・砂糖・ごま油・片栗粉 ココナッツサブレ	白菜・チンゲン菜・玉葱・人参・しいたけ 葱・もやし・しめじ・グレープフルーツ	533 1.9
28	土		チキンライス コンソメスープ	バウムクーヘン	卵	米・油・バウムクーヘン	ミックスベジタブル・玉葱・ほうれん草	442 1.1

都合により、内容を少々変更する場合があります。 オレンジ、みかんの時は1歳児のみみかん缶になります。(土)に、飲み物は付きません。

牛久さくら保育園