

2021年2月

予定献立表

あい音保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (月) 15 (月)	御飯 すまし汁(小松菜) 鶏肉のごまみそ焼 ひじきの煮物(にんじん)	せんべい／牛乳／米／ごまつな、にんじん、えのきだけ、かつおだし汁 しょうゆ、食塩／鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま ／ひじき、ゆで大豆、油揚げ、にんじん、さやえんどう、ごま油、しょうゆ 砂糖／食パン、いちごジャム／牛乳	せんべい 牛乳 いちごジャムパン 牛乳
2 (火)	大豆ごはん みそ汁(玉ねぎ) ぶりの照り焼き ほうれん草とえのき茸のお浸し	ブルーン／牛乳／米、ゆで大豆、にんじん、油揚げ、鶏ひき肉、水、しょうゆ、酒 食塩、砂糖／たまねぎ、にんじん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ ／ぶり、しょうゆ、みりん、砂糖、酒／ほうれんそう、えのきだけ、しょうゆ かつお・昆布だし汁／さつまいも、米粉、片栗粉、豆乳、砂糖、食塩 ベーキングパウダー／牛乳	ブルーン 牛乳 おに蒸しパン 牛乳
3 (水) 16 (火)	きつねうどん さっぱりポテトサラダ いよかん	クラッカー／牛乳／ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ、鶏もも肉(皮付き) にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩／じやがいも、きゅうり たまねぎ、にんじん、ツナ油漬缶、おから、酢、砂糖、食塩、油／いよかん／米 しらす干し、ごま油、ねぎ、しょうゆ、かつお節／牛乳	クラッカー 牛乳 じやこねぎおにぎり 牛乳
4 (木) 18 (木)	御飯 みそ汁(もやし) 肉団子の甘酢あん 白菜のおかか和え	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米／もやし、油揚げ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ／豚ひき肉、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ ねぎ、しょうゆ、酢、砂糖、水、片栗粉／はくさい、にんじん、しょうゆ かつお節／クラッカー／せんべい／牛乳	ヨーグルト お茶 クラッカー・せんべい 牛乳
5 (金) 19 (金)	カレーライス ブロッコリーの三色サラダ りんご	チーズ／麦茶(浸出液)／米、豚肉(肩ロース)、じやがいも、たまねぎ にんじん、油、カレールウ／ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ツナ油漬缶 食塩、酢、こしょう、油／りんご／豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉 ／牛乳	チーズ お茶 豆乳もち 牛乳
6 (土) 20 (土)	わかめうどん みかん	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん ほうれんそう、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 ／みかん／クラッcker／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 クラッcker・せんべい お茶
8 (月) 22 (月)	御飯 みそ汁(あさり) 豚肉のしじみが焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物	せんべい／牛乳／米／あさり水煮、ねぎ、かつおだし汁、米みそ ／豚肉(肩ロース)、しょうゆ、しょうが、酒／切り干しだいこん、干しこしいたけ 凍り豆腐、油揚げ、にんじん、水、しょうゆ、砂糖／りんご濃縮果汁 砂糖、粉かんてん、水／牛乳	せんべい 牛乳 りんごゼリー 牛乳
9 (火)	人参ごはん みそ汁(キャベツ) 厚揚げとじやが芋のそぼろ煮 きゅうりとだいこんのピクルス	クラッcker／牛乳／米、にんじん、しょうゆ、食塩／キャベツ、にんじん、カットわかめ かつおだし汁、米みそ／生揚げ、豚ひき肉、じやがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん 油、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉／きゅうり、だいこん、酢、砂糖、食塩、水／にら 豚ひき肉、米粉、コーン缶、しらす干し、食塩、水、ごま油、しょうゆ、砂糖／牛乳	クラッcker 牛乳 チヂミ 牛乳
10 (水) 24 (水)	食パン かぼちゃのスープ 鶏肉のトマト煮 ひじきのマリネ	ブルーン／牛乳／食パン／かぼちゃ、たまねぎ、洋風だしの素、水、油／鶏もも肉(皮付き) 食塩、白こじょう、米粉、たまねぎ、ビーマン、バター、トマト、ケチャップ、ウスターソース 砂糖／ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩／米、もち米 水、米みそ、砂糖、みりん／牛乳	ブルーン 牛乳 五平餅 牛乳
12 (金) 26 (金)	御飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さわらとごぼうの煮つけ ほうれん草のおかか和え(コーン)	チーズ／麦茶(浸出液)／米／さつまいも、ねぎ、かつおだし汁、米みそ／さわら、ごぼう しょうゆ、砂糖、酒、しょうが／ほうれんそう、にんじん、コーン缶、油揚げ、かつお節、しょうゆ ／米粉、ベーキングパウダー、油、食塩、豆乳、つぶしあん(砂糖添加) ／牛乳	チーズ お茶 あずき蒸しパン 牛乳
13 (土) 27 (土)	あんかけうどん バナナ	せんべい／麦茶(浸出液)／ゆでうどん、はくさい、たまねぎ、にんじん ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉／バナナ／クラッcker ／せんべい／麦茶(浸出液)	せんべい お茶 クラッcker・せんべい お茶
17 (水)	御飯 みそ汁(じやが芋・ねぎ) ささみフリット チングン菜のあえ物	ブルーン／牛乳／じやがいも、ねぎ、かつおだし汁、米みそ／鶏ささ身、砂糖、食塩 こしょう、上新粉、ベーキングパウダー、豆乳、食塩、油、ガーリックパウダー、パセリ粉 ／チングンサイ、にんじん、しらす干し、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖／ホットケーキ粉、牛乳 砂糖、無塩バター、チーズ、ほうれんそう／牛乳	ブルーン 牛乳 チーズカップケーキ 牛乳
25 (木)	誕生日会 ピラフ 野菜スープ(キャベツ) ハンバーグ(レバー入り・煮込み) カリフラワーとコーンのサラダ	ヨーグルト(加糖)／麦茶(浸出液)／米、たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、食塩、パセリ粉 ／キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきだけ、洋風だしの素、食塩／豚ひき肉、豚レバー ／にんじん、ツナ油漬缶、酢、油、食塩、こしょう／さつまいも、りんご 干しうどん、砂糖／牛乳	ヨーグルト お茶 アップルポテト 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますので、ご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	459kcal (485kcal)	18.9g (20. 6g)
3歳以上児	571kcal (582kcal)	22. 6g (24. 8g)

()は、目標量です。



～行事食～

★節分の集い（2日）

昼食

- ・ 大豆ごはん
- ・ みそ汁（たまねぎ）
- ・ ぶりの照り焼き
- ・ ほうれん草とえのき茸のお浸し

午後おやつ

- ・ おに蒸しパン

★誕生日会（25日）

昼食

- ・ ピラフ
- ・ 野菜スープ（キャベツ）
- ・ ハンバーグ（レバー入り煮込み）
- ・ カリフラワーとコーンのサラダ

午後おやつ

- ・ アップルポテト
- ・ 牛乳

