

2023年02月 予定献立表

認定こども園 両野こども園(一般)

日	曜	昼食献立名	1・2歳児 10時おやつ	3時おやつ	きいろ あか みどり		
					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
1	水	バーガーパン 乳酸菌飲料 ハンバーグきのこソース ブロッコリーの和風サラダ プッチンゼリー	幼児ぶどう 乾パン	いよかん ハーベストバター	パン粉、油、パン	乳酸菌飲料、豚ひき肉、卵、牛乳、脱脂粉乳	いよかん、ブロッコリー、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、えのきたけ
2	木	米 ほうじ茶 豚肉と春雨の炒め物 小松菜ののり和え	牛乳 ココナツサブレ	グレープゼリー しょうゆせんべい	米、はるさめ、ごま油、砂糖	豚肉(もも)	もやし、ごまつな、にんじん、たけのこ、きゅうり、にら、刻みのみ、しょうが
3	金	イワシのかば焼き丼 白菜のゆずサラダ けんちん汁	オレンジゼリー 	牛乳 恵方ロール	米、食パン、さといも、切りこんにゃく、油、片栗粉、砂糖、パン	牛乳、いわし、豆腐、生クリーム	はくさい、にんじん、だいこん、きゅうり、ねぎ、ごぼう、いちごジャム、ゆず
4	土	ぶどうパン 牛乳 きのこスパゲティ 小松菜のツナ和え	幼児野菜 プレーンビスケット	幼児りんご ウエハース	ぶどうパン、スパゲティ	牛乳、鶏もも肉、ツナ缶、バター	りんごジュース、ごまつな、たまねぎ、しめじ、きゅうり、えのきたけ、エリンギ、しいたけ、刻みのみ
6	月	白菜のあんかけご飯 五目きんぴら ブルーネ 麦茶	幼児りんご カルシウムせんべい	スキムミルク がんづき	米、小麦粉、しらたき、黒砂糖、片栗粉、砂糖、ごま油、ごま、ごま	鶏もも肉、脱脂粉乳、さつま揚げ、卵、牛乳	はくさい、ごぼう、たけのこ、しめじ、ブルーネ、にんじん、しいたけ、にんにく
7	火	米 牛乳 大豆入りドライカレー コーンサラダ	麦茶 クラッカー	幼児野菜フルーツ かぶき揚げ	米、油	牛乳(Fe.Ca)、豚ひき肉、大豆	野菜ジュース、サニーレタス、たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン、トマトジュース、レーズン、にんにく、しょうが
8	水	食パン ヒレカツ 蒸し野菜(さつま芋・キャベツ・れんこん) マカロニのトマトスープ	ほうじ茶 ハードビスケット	ヨーグルト和え プレミアムクラッカー	さつまいも、油、パン粉、小麦粉、マカロニ、パン	豚肉、ヨーグルト、卵	キャベツ、たまねぎ、もも、みかん、パイナップル、れんこん、バナナ、にんじん、トマトピューレ、コーン
9	木	米 ふりかけ 果汁オレンジ 肉じゃが ほうれん草の生姜和え	健康ヨーグルト	植物性プリン しるこサンド	じゃがいも、米、しらたき、油、砂糖	納豆、豚肉(もも)	オレンジジュース、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、きゅうり、グリーンピース、しょうが
10	金	食パン 鶏のレモン焼き キャベツのマリネ ブロッコリーのスープ	麦茶 ばりんこ	ほうじ茶 鮭おにぎり	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、パン	鶏むね肉、チーズ、ハム、さけ	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、きゅうり、レモン、のり
13	月	ほうとう風うどん 切り昆布の煮物 ほりほり小魚	幼児野菜 やさしいばかうけ	スキムミルク カスタードワッフル	うどん、砂糖、油	脱脂粉乳、鶏むね肉 小間、みそ、油揚げ	かぼちゃ、はくさい、にんじん、だいこん、ごまつな、しいたけ、切り昆布
14	火	米 れんこん肉団子 ひじきの中華和え チンゲン菜のスープ	ほうじ茶 味サラダ	牛乳 チョコチップクッキー	米、油、小麦粉、パン粉、ごま油、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、卵、ハム	れんこん、チンゲンサイ、きゅうり、もやし、ねぎ、にんじん、コーン、ひじき
15	水	バーガーパン 乳酸菌飲料 ハンバーグきのこソース ブロッコリーの和風サラダ プッチンゼリー	幼児ぶどう 乾パン	いよかん ハーベストバター	パン粉、油 	乳酸菌飲料、豚ひき肉、卵、牛乳、脱脂粉乳	いよかん、ブロッコリー、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、えのきたけ
16	木	米 ほうじ茶 豚肉と春雨の炒め物 小松菜ののり和え	牛乳100 ココナツサブレ	グレープゼリー しょうゆせんべい	米、はるさめ、ごま油、砂糖	豚肉(もも)	もやし、ごまつな、にんじん、たけのこ、きゅうり、にら、刻みのみ、しょうが
17	金	イワシのかば焼き丼 白菜のゆずサラダ けんちん汁	ゼリー	ココアミルク ラスク	米、食パン、さといも、切りこんにゃく、油、片栗粉、粉糖、砂糖	いわし、豆腐、脱脂粉乳、卵白	はくさい、にんじん、だいこん、きゅうり、ねぎ、ごぼう、ゆず
18	土	ぶどうパン 牛乳 きのこスパゲティ 小松菜のツナ和え	幼児野菜 ビスケット	幼児りんご ウエハース	ぶどうパン、スパゲティ	牛乳、鶏もも肉、ツナ缶、バター	りんごジュース、ごまつな、たまねぎ、しめじ、きゅうり、えのきたけ、エリンギ、しいたけ、刻みのみ
20	月	白菜のあんかけご飯 五目きんぴら ブルーネ 麦茶	幼児りんご カルシウムせんべい	スキムミルク がんづき	米、小麦粉、しらたき、黒砂糖、片栗粉、砂糖、ごま油、ごま、ごま	鶏もも肉、脱脂粉乳、さつま揚げ、卵、牛乳	はくさい、ごぼう、たけのこ、しめじ、ブルーネ、にんじん、しいたけ、にんにく
21	火	米 牛乳 大豆入りドライカレー コーンサラダ	麦茶 クラッカー	幼児野菜フルーツ かぶき揚げ	米、油	牛乳(Fe.Ca)、豚ひき肉、大豆	野菜ジュース、サニーレタス、たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン、トマトジュース、レーズン、にんにく、しょうが
22	水	食パン ヒレカツ 蒸し野菜(さつま芋・キャベツ・れんこん) マカロニのトマトスープ	ほうじ茶 ビスケット	ヨーグルト和え プレミアムクラッカー	さつまいも、油、パン粉、小麦粉、マカロニ、パン	豚肉、ヨーグルト、卵 	キャベツ、たまねぎ、もも、みかん、パイナップル、れんこん、バナナ、にんじん、トマトピューレ、コーン
24	金	食パン 鶏のレモン焼き キャベツのマリネ ブロッコリーのスープ	麦茶 せんべい	ほうじ茶 鮭おにぎり	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、パン	鶏むね肉、チーズ、ハム、さけ	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、きゅうり、レモン、のり
25	土	ホットドック(卵・ウインナー) 織キャベツ チンゲン菜と油揚げのスープ	幼児りんご ビスケット	牧場ヨーグルト 胡麻せんべい	マヨドレ、油、パン	ヨーグルト、ウインナーソーセージ、卵、油揚げ	キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、パセリ
27	月	ほうとう風うどん 切り昆布の煮物 ほりほり小魚 	幼児野菜 やさしいばかうけ	植物性プリン しるこサンド	うどん、砂糖、油	鶏むね肉、みそ、油揚げ	かぼちゃ、はくさい、にんじん、だいこん、ごまつな、しいたけ、切り昆布
28	火	米 れんこん肉団子 ひじきの中華和え チンゲン菜のスープ	ほうじ茶 せんべい	牛乳 さくらもち	米、油、小麦粉、パン粉、ごま油、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、卵、ハム	れんこん、チンゲンサイ、きゅうり、もやし、ねぎ、にんじん、コーン、ひじき

\* 献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

\* コドモンアプリでも献立が見られます。ぜひご利用ください。

<月平均栄養価>

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
3歳以上児	549kcal	21.7g	15.5g	1.5g
3歳未満児	500kcal	18.6g	13.4g	1.4g