



2月給食献立予定表

令和4年度わかば・わかばみや保育園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
1	水	魚の味噌マヨネーズ焼き ほうれん草のレモン酢 花麩のすまし汁	ジャムサンドクラッカー (赤ちゃんビスケット)	牛乳、しいら、味噌 かつお節	米、マヨネーズ、焼き麩 上白糖	ほうれん草、キャベツ、いちごジャム えのきたけ、にんじん、しめじ たまねぎ、葉ねぎ、レモン果汁	398 497	
2	木	中華丼 春雨スープ ヨーグルト	じゃがいももち (ふかし芋)	牛乳、ヨーグルト、豚肉 卵、バター	米、じゃがいも、ごま油 春雨、上白糖	白菜、ほうれん草、たまねぎ たけのこ、にんじん、しいたけ	457 571	たっぷり野菜の館で ご飯がよく進みます
3	金	大豆ごはん 魚のかば焼き ブロッコリーのおかか和え 豚汁	鬼さんケーキ (赤ちゃんボーロ)	牛乳、ホイップクリーム いわし、豆腐、豚肉、大豆 味噌、しらす干し、かつお節	米、じゃがいも、上白糖 ごま油、粉糖	ブロッコリー、だいこん、にんじん にら、葉ねぎ、しょうが	400 500	節分メニューです おやつにはかわいい 鬼さんがでてるよ♡
6	月	食パン ツナとマカロニのグラタン えのきたけのすまし汁 ゼリー	五平餅 (赤ちゃんせんべい)	牛乳、ツナ、鶏肉、バター 味噌、粉チーズ	米、もち米、食パン、三温糖 マカロニ、すりごま、パン粉 とうもろこし	たまねぎ、もやし、えのきたけ にんじん、葉ねぎ、パセリ	470 583	マカロニグラタンは 園で人気のメニューです
7	火	魚の味噌煮 れんこんと竹輪の金平 豆腐のすまし汁	レモンケーキ (赤ちゃんビスケット)	牛乳、さば、豆腐、ちくわ 味噌、バター、豆乳、卵	米、上白糖、粉糖 ホットケーキ粉	れんこん、にんじん、葉ねぎ しょうが、レモン果汁	430 538	
8	水	鶏のから揚げ キャベツとツナのサラダ すべしやるみそしる	せんべい (赤ちゃんせんべい)	牛乳、鶏肉、ツナ、味噌 油揚げ	米、上白糖	キャベツ、にんじん、きゅうり たまねぎ、しょうが、わかめ	369 461	みずぐちゆいちゃん こはちゃんさなちゃん のみそ汁です
9	木	ししやも焼き 肉じゃが さくらすーぶ	バナナ (バナナ)	牛乳、ししやも、豚肉、味噌	米、じゃがいも、上白糖	たまねぎ、にんじん、なす グリーンピース、葉ねぎ、バナナ わかめ	526 657	ふるやまあいくん いじつゆいちゃん えいかんくのみそ汁です
10	金	肉味噌うどん シュウマイ みかん	おにぎり (おにぎり)	牛乳、豚肉、ハム、味噌 鮭フレーク	米、上白糖、ごま油 ごま、干しうどん	みかん、もやし、きゅうり、にんじん 干しいたけ、にんにく	325 406	寒い時期の肉味噌うどん はあたたかい汁で いただきます
13	月	鶏肉のさっぱり焼き 人参とコーンのサラダ 3にんみそしる	ジョア せんべい (赤ちゃんせんべい)	牛乳、鶏肉、豚肉、豆腐 味噌、ジョア	米、上白糖、とうもろこし	にんじん、ほうれん草、いんげん わかめ、にんにく、しょうが	357 446	りんたろうくん はなとくんさくたろうくん のみそ汁です
14	火	ハンバーグ 粉ふき芋 レタススープ	バレンタインクッキー (赤ちゃんボーロ)	牛乳、豚肉、鶏肉、卵 ベーコン	米、じゃがいも、上白糖 マーガリン、パン粉	たまねぎ、レタス、にんじん、青のり	549 686	バレンタインメニュー 可愛いクッキーが おやつに出ますよ♡
15	水	厚揚げとひき肉の中華炒め きゅうりのナムル キャベツスープ	マカロニのあべかわ マカロニかりんどう (赤ちゃんビスケット)	牛乳、生揚げ、豚肉、ハム きな粉、しらす干し	米、スパゲティ、マカロニ 上白糖、ごま油	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、ねぎ にんじん、ピーマン、しょうが	480 600	
16	木	魚の和風ムニエル ひじきとツナのサラダ やさしみそしる	お好み焼き (赤ちゃんせんべい)	牛乳、しいら、味噌、豆腐 ツナ、卵、しらす干し バター	米、お好み焼き粉、長芋 マヨネーズ、ごま、ごま油	たまねぎ、キャベツ、なす、いんげん 葉ねぎ、ひじき、わかめ、青のり	386 483	はるとくんもかちゃん はせがわあおいちゃん のみそ汁です
17	金	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	ビスケット (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、ハム	米、じゃがいも	たまねぎ、きゅうり、にんじん、りんご らっきょう、グリーンピース、レモン果汁	515 644	「カレーだよ」と伝えると 「やったー」の音が 聞こえてきます
20	月	スパイシーチキン 白菜のりおえ ゆにこーんすーぶ	ミニたいやき (赤ちゃんボーロ)	牛乳、鶏肉、豆腐、油揚げ 味噌、しらす干し	米、じゃがいも、上白糖 ごま、ごま油	白菜、りんご天然果汁、焼きのり にんにく、しょうが	350 437	りんかちゃん つむぎちゃんころちゃん のみそ汁です
21	火	魚のゴマ油焼き 野菜サラダ オニオンスープ	もちもちチーズパン (赤ちゃんせんべい)	牛乳、あじ、粉チーズ ハム	米、白玉粉、ごま油 上白糖、とうもろこし	たまねぎ、きゅうり、キャベツ にんじん	458 572	
22	水	愛情弁当の日						
24	金	ガーリックチャーハン にら玉 わかめスープ	豆腐ドーナツ (赤ちゃんビスケット)	牛乳、卵、豆腐、豚肉 焼き豚	米、ホットケーキ粉、上白糖 グラニュー糖、ごま油	にんじん、たまねぎ、にら、ピーマン ねぎ、わかめ、にんにく	317 396	豆腐が入り さつりふわふわな ドーナツになります
27	月	豚肉とごぼうの卵とじ ツナサラダ きざらすーぶ	小魚 (赤ちゃんせんべい)	牛乳、豚肉、卵、ツナ 油揚げ、しらす干し、味噌	米、マヨネーズ、上白糖	にんじん、キャベツ、たまねぎ きゅうり、ごぼう、ねぎ グリーンピース	517 646	あいりちゃん せなくん、ゆらちゃん のみそ汁です
28	火	お楽しみ給食	お楽しみおやつ	牛乳、たら、豆腐、豚肉 ホイップクリーム、こしあん 油揚げ、味噌	米、ホットケーキ粉、上白糖 コーンフレーク、黒ごま	ほうれん草、にんじん、葉ねぎ ひじき、ねぎ	449 561	どこのメニューかな？

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです



