



2月の予定献立表

※この献立表は、予定でありますので変更になる場合もあります。

日	曜日	未満児 10時おやつ	献立名(3歳未満児・3歳以上児)		血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくなるもの 緑群
			昼食	3時おやつ			
1	土	甘辛 せんべい	そばろご飯たまご無 牛乳 きやべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(豆腐・わかめ)	ぶどうとりんごJ バナナ	とりひき肉 生乳 豆腐 わ かめ 米みそ	甘辛せんべい こめ 植物油脂 車 糖	さやえんどう キャベツ きゅうり ぶどうとりんごのジュース バナナ
3	月	ベビー ダノン	ごはん ししゃも焼き きゅうりツナコーンサラダ けんちん汁 トマト	ヨーグルト和え (バナナとみかん) ウエハース	ヨーグルト ししゃも ま ぐろ 缶詰 ぶたもも 豆腐	こめ マヨネーズ さといも 植物 油脂 車糖 ウエハース	きゅうり スイートコーン にんじん だいこん ごぼう 根深ねぎ トマト バナナ みかん 缶詰 もも 缶詰
4	火	ビスケット	スパ(ナポリタン) あさり入り おなかブロッコリー コーンスープ ヤクルト	牛乳 蒸かしさつま芋	ぶたひき肉 ナチュラル チーズ あさり 缶詰 乳酸 菌飲料 削り節 生乳	ビスケット マカロニ・スパゲッ ティ 植物油脂 さつまいも	にんじん たまねぎ ブロッコリー スイートコーン 缶詰
5	水	ハイハイ	ごはん 大根の炒りどり おなかブロッコリー みそ汁(なめこ・豆腐) みかん	牛乳 二色パン (梅ジャム・マーガリン)	めかじき 削り節 豆腐 米 みそ 生乳	ハイハイ こめ 板こんにやく 植物油脂 車糖 食パン マーガ リン	だいこん にんじん グリンピース ブロッコリー なめこ みかん いち ご ジャム
6	木	こめ粉ロール かぼちゃ	ごはん ポークジンジャー コールスロー すまし汁(三つ葉、ふ) トマト	ジョアプレーン ビスケット	ぶたもも ジョア	こめ粉ロールクッキー こめ 植 物油脂 焼きふ でん粉 ビスケット	たまねぎ 青ピーマン しょうが キャベツ にんじん 糸みつば トマ ト
7	金	みかん缶	ごはん 鶏肉のからあげ きやべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) トマト	牛乳 ばななケーキ	とりもも [若鶏肉] 全卵 油揚げ 米みそ 生乳 ク リーム	こめ でん粉 植物油脂 プレミッ クス粉 粉糖	みかん 缶詰 しょうが にんにく キャベツ きゅうり 日本かぼちゃ 生しいたけ トマト バナナ レモン
8	土	ハイハイ	鮭ご飯 牛乳 きやべつと胡瓜のしょう油もみ みそ汁(大根・油揚げ)	ヤクルト バナナ	鮭フレーク 生乳 油揚げ 米みそ 乳酸菌飲料	ハイハイ こめ	こまつな キャベツ きゅうり だい こん バナナ
10	月	ビスケット	ごはん 焼き鮭(醤油風味) 切り干し大根煮(小松菜) みそ汁(キャベツ・わかめ) みかん	ヨーグルト サラダせんべい	しろさけ 油揚げ 湯通し 塩蔵わかめ 米みそ ヨー グルト	ビスケット こめ 植物油脂 車糖 塩せんべい	しょうが 切干しいたけ にんじん こまつな キャベツ みかん
12	水	みかん缶	ごはん ポークカレー(豆) 小松菜とコーンのサラダ トマト	牛乳 きゅうりチーズ ちくわ	ぶたもも だいたず水煮缶詰 生乳 焼き竹輪 プロセス チーズ	こめ じゃがいも 植物油脂 車糖	みかん 缶詰 にんじん たまねぎ こ まつな スイートコーン 缶詰 トマ ト きゅうり
13	木	ベビー ダノン	ごはん 納豆(挽き割り) 肉入り野菜炒め みそ汁(じゃが芋・青菜)	牛乳 ふわふわ団子	ヨーグルト 納豆 ぶたも も 米みそ 生乳 豆腐 き な粉	こめ 植物油脂 じゃがいも 白玉 粉 黒砂糖	にんじん キャベツ ブロッコリー 青ピーマン こまつな
14	金	こめ粉ロール クッキー	ごはん めかじきの角煮 おなかブロッコリー みそ汁(豆腐・わかめ) トマト	完熟りんごJ サラダせんべい	めかじき 削り節 豆腐 わ かめ 米みそ	こめ粉ロールクッキー こめ 車 糖 塩せんべい	しょうが ブロッコリー トマト り んごジュース
15	土	こめ粉ロール かぼちゃ	焼きおにぎり 明治濃縮還元ぶどうとりんご バナナ	ジョアプレーン 甘辛せんべい	ジョア	こめ粉ロールクッキー めし 甘 辛せんべい	ぶどうとりんごのジュース バナナ
17	月	ベビー ダノン	ごはん 炒り豆腐 小松菜のおなか和え すまし汁(ふ、えのき) みかん	牛乳 蒸かしじゃがいも	ヨーグルト 豆腐 ぶたも も 全卵 削り節 生乳	こめ 車糖 植物油脂 焼きふ で ん粉 じゃがいも	にんじん たまねぎ グリンピース こまつな 糸みつば えのきたけ み かん
18	火	こめ粉ロール かぼちゃ	ごはん コーン磯煮 かき菜のおなか和え みそ汁(じゃが芋・わかめ) トマト	牛乳 りんごケーキ	ぶたもも 油揚げ 削り節 わかめ 米みそ 生乳 全卵	こめ粉ロールクッキー こめ 植 物油脂 車糖 じゃがいも プレ ミックス粉 バター ざらめ糖	スイートコーン 生しいたけ にんじ ん ひじき かき菜 トマト りんご
19	水	甘辛 せんべい	ごはん クリームシチュー さつま揚げの煮つけ コールスロー	牛乳 醤油団子	ぶたもも 生乳 さつま揚 げ 豆腐	甘辛せんべい こめ じゃがいも 植物油脂 車糖 白玉粉	ブロッコリー にんじん たまねぎ キャベツ
20	木	こめ粉ロール クッキー	ごはん 鶏肉の味噌焼き おなかブロッコリー みそ汁(なめこ・葱・豆腐) トマト	ヨーグルト ビスケット	とりもも [若鶏肉] 米み そ 削り節 豆腐 ヨーグル ト	こめ粉ロールクッキー こめ 車 糖 ビスケット	しょうが ブロッコリー なめこ 根 深ねぎ トマト
21	金	ハイハイ	かやくご飯 玉子焼き きやべつおなか すまし汁(ほうれん草・ふ) いちご	牛乳 クロワッサンパド チーズ	ぶたかたローズ 全卵 削 り節 生乳 プロセスチー ズ	ハイハイ こめ 植物油脂 しら たき 車糖 焼きふ でん粉 クロ ワッサン マヨネーズ	にんじん ごぼう 乾しいたけ キャ ベツ ほうれんそう いちご きゅう り
22	土	こめ粉ロール クッキー	わかめご飯 牛乳 コールスロー けんちん汁	完熟りんごJ バナナ	乾燥わかめ 生乳 ぶたも も 豆腐	こめ粉ロールクッキー こめ 植 物油脂 さといも	キャベツ にんじん だいこん ごぼ う 根深ねぎ りんごジュース バナ ナ
25	火	ハイハイ	ごはん 麻婆豆腐 パンサンスー 中華風ニラ卵汁 トマト	ヤクルト 焼きおにぎり	豆腐 ぶたひき肉 米みそ ハム 全卵 乳酸菌飲料	ハイハイ こめ 車糖 植物油脂 でん粉 普通はるさめ めし	根深ねぎ にんじん にんにく しょ うが きゅうり たら トマト
26	水	ベビー ダノン	ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き おなかブロッコリー けんちん汁大 いよかん	牛乳 フレンチトースト	ヨーグルト メルルーサ 米みそ あおのり 削り節 ぶたもも 豆腐 生乳 全卵	こめ マヨネーズ さといも 植物 油脂 食パン 車糖 バター	ブロッコリー にんじん だいこん ごぼう 根深ねぎ いよかん
27	木	こめ粉ロール クッキー	ごはん ハンバーグステーキ おなかブロッコリー すまし汁(三つ 葉、豆腐) にんじんグラッセ	フルーチェイチゴ ウエハース	ぶたひき肉 生乳 全卵 削 り節 豆腐 フルーチェ	こめ粉ロールクッキー こめ パ ン粉 植物油脂 でん粉 バター 車糖 ウエハース	たまねぎ ブロッコリー 糸みつば にんじん
28	金	みかん缶	ごはん めかじき鮭の照り焼き 小松菜と人参のおなか和え みそ汁(豆腐・わかめ) トマト	牛乳 蒸かしさつま芋	めかじき 削り節 豆腐 わ かめ 米みそ 生乳	こめ 車糖 さつまいも	みかん 缶詰 しょうが こまつな に んじん トマト

※ 1か月の平均栄養価は次の通りです。

3歳以上児 エネルギー： 526Kcal

たんぱく質： 21.7g

脂質： 15.8g

カルシウム： 232mg

3歳未満児 エネルギー： 431Kcal

たんぱく質： 18.2g

脂質： 13.1g

カルシウム： 207mg