

令和6年

2月の献立

久良岐保育園

日	曜日	1.2歳児 朝おやつ	給食	食材	おやつ	食材	1.2歳児 エネルギー たんぱく質	3.4歳児 エネルギー たんぱく質
1	木	牛乳 食べる 煮干し	ごはん 豚肉の柳川風 ごまキャベツ 味噌汁	豚もも 卵 ごぼう 玉ねぎ 人参 しらたき キャベツ 人参 すりごま えのき まいたけ	牛乳 シュガーサンド	食パン バター	442 kcal 19.7 g	455 kcal 18.4 g
2	金	麦茶 バナナ	おにっごごはん ちくわの磯辺揚げ ほうれん草とハムのごま和え すまし汁	米 大豆 ひじき 人参 しらす干し とんがりコーン ちくわ 薄力粉 片栗粉 青のり 油 ほうれん草 もやし 人参 コーン ハム すりごま 花麩 長ネギ	牛乳 ふがし みかん		446 kcal 14.4 g	545 kcal 17.3 g
3	土	麦茶 ウエハース	チキンライス じゃが芋としめじのサラダ 人参スープ	米 鶏もも バター 玉ねぎ コーン じゃが芋 しめじ インゲン マヨドレ ベーコン 人参 玉ねぎ	牛乳 たべっこどうぶつ ビスケット ハッピーターン マシュマロ		446 kcal 14.1 g	545 kcal 17.3 g
5	月	麦茶 ヨーグルト (きな粉)	ごはん 厚揚げとじゃが芋の煮物 チンゲン菜の炒め風サラダ 味噌汁	厚揚げ 豚もも じゃがいも 人参 しめじ チンゲン菜 人参 もやし しらす干し ごま油 大根 わかめ	牛乳 メロンパン		359 kcal 14.8 g	431 kcal 17.5 g
6	火	麦茶 バナナ	バターロール チキンのハーブ焼き かぼちゃサラダ セロリスープ	鶏もも タイム パセリ バジル 南瓜 きゅうり マヨドレ セロリ 卵	麦茶 ひじきおむすび	米 ひじき 人参 油揚げ のり	361 kcal 15.4 g	412 kcal 19 g
7	水	牛乳 食べる 煮干し	茶めし おでん 白菜サラダ みかん	米 昆布 さつま揚げ つみれ がんも ちくわぶ こんにやく ちくわ 大根 昆布 白菜 人参 きゅうり オリーブ油	牛乳 マカロニきなこ	マカロニ きなこ	594 kcal 26.4 g	640 kcal 26.9 g
8	木	牛乳 オレンジ	ごはん マーボ豆腐 ブロッコリーの中華和え ユイミンコン	豚挽 豆腐 玉ねぎ 長ネギ にんにく 生姜 片栗粉 ごま油 ブロッコリー 人参 ごま油 いらごま 卵 コーン 人参 インゲン 片栗粉	牛乳 チャー麺	中華麺 豚挽 もやし にら	471 kcal 21.3 g	480 kcal 21.6 g
9	金	牛乳 みかん	ハヤシライス 蒸し鶏サラダ バナナ	豚もも 玉葱 人参 トマト缶 ハヤシルウ 鶏胸 キャベツ 人参 マヨドレ	牛乳 フルーツゼリー カルシウムせんべい		575 kcal 21.9 g	575 kcal 21.4 g
10	土	麦茶 マリー ビスケット	梅ごはん 青椒肉絲 にんじんしりしり 味噌汁	米 梅干し いらごま 豚もも たけのこ ピーマン 片栗粉 ごま油 人参 シーチキン ごま油 かぶ かぶ葉	牛乳 ケーキドーナッツ		445 kcal 20 g	526 kcal 24.4 g
13	火	麦茶 ヨーグルト (プルーン)	ごはん プリの照り焼き 五目きんぴら 味噌汁	プリ ごぼう 人参 レンコン インゲン 蒟蒻 ごま油 いらごま 小松菜 油揚げ	牛乳 ジャーマンポテト	じゃが芋 ピーマン ウインナー カレー粉	464 kcal 23 g	512 kcal 25.7 g
14	水	麦茶 バナナ	黒糖パン レバー入りポークビーンズ シーチキンサラダ チンゲン菜スープ	豚挽 豚レバー 人参 玉ねぎ じゃが芋 大豆 グリンピース トマト缶 シーチキン キャベツ きゅうり 人参 レモン マヨドレ チンゲン菜 玉ねぎ	麦茶 チーズおかか おむすび	米 チーズ かつお節 のり	316 kcal 12.7 g	398 kcal 16.6 g
15	木	牛乳 オレンジ	ごはん 豚肉と野菜の味噌煮 小松菜入りもやし和え すまし汁	豚もも 里芋 大根 人参 小松菜 もやし いらごま 長ネギ わかめ	牛乳 クラッカーサンド バナナ	クラッカー いちごジャム クリームチーズ	480 kcal 19.7 g	482 kcal 19.4 g
16	金	牛乳 食べる 煮干し	ごはん 松風焼き 大根炒めサラダ 味噌汁	鶏挽 人参 玉ねぎ 木綿豆腐 いらごま 大根 しらす干し 青のり ごま油 キャベツ 玉葱	牛乳 ココアワッフル 非常用ビスケット		532 kcal 23.7 g	533 kcal 22.6 g