



令和7年度 2月分献立表



日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前 (3歳未満児)
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2 / 16 月	ごきつねごはん おでん 塩昆布和え	精白米、上白糖、じゃがいも、板こんにゃく、かたくり粉、調合油	油揚げ、焼き竹輪、厚揚げ、牛乳、高野豆腐、きな粉	にんじん、だいこん、キャベツ、きゅうり、塩昆布	牛乳 高野豆腐のコロコロ揚げ	麦茶 菓子
3 / 17 火	ごはん 魚の照り焼き わかめサラダ かきたま味噌汁 (卵 人参 玉ねぎ)	精白米、調合油、上白糖、食パン、薄力粉、有塩バター	さば、卵、米みそ、牛乳	キャベツ、きゅうり、コーン缶、カットわかめ、たまねぎ、にんじん	牛乳 カスタードサンド	麦茶 菓子
4 / 18 水	ジャージャー麺 じゃがいもごまがらめ 中華スープ(小松菜・えのき)	蒸し中華めん、ごま油、上白糖、かたくり粉、じゃがいも、調合油、すりごま、精白米	豚ひき肉、牛乳、かつお節、プロセスチーズ、米みそ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、こまつな、えのきたけ	牛乳 おほかチーズおにぎり	麦茶 菓子
5 / 19 木	ごはん すき焼き風煮物 おほか和え(もやし 人参) 味噌汁(大根 わかめ)	精白米、釜焼きふ、調合油、上白糖、しらたき、さつまいも	豚肉、焼き豆腐、かつお節、米みそ、牛乳	にんじん、たまねぎ、はくさい、りょくとうもやし、カットわかめ、だいこん	牛乳 茶巾絞り	麦茶 菓子
6 / 20 金	ごはん 鶏肉のアップルソース焼き じゃこ入り野菜 白菜のミルクスープ	精白米、調合油、上白糖、ごま油、かたくり粉、薄力粉	鶏もも肉、しらす干し、牛乳、スキムミルク、ツナ缶	りんごジュース、きゅうり、だいこん、にんじん、はくさい、コーン缶	麦茶 チヂミ	麦茶 菓子
7 / 21 土	ハムチーズサンド 野菜スープ 果物	食パン	ロースハム、プロセスチーズ、牛乳	果物、パセリ、たまねぎ、にんじん	牛乳 菓子	牛乳 菓子
9 月	けんちんうどん かぼちゃの含め煮 ヨーグルト	干しうどん、ごま油、上白糖、さつまいも、調合油	油揚げ、木綿豆腐、ヨーグルト、牛乳	だいこん、にんじん、こまつな、かぼちゃ、れんこん	牛乳 野菜チップス	麦茶 菓子
10 / 24 火	ごはん お好み焼き風卵焼き 切り干しサラダ 味噌汁(豆腐 ほうれん草)	精白米、調合油、上白糖、ごま油	卵、豚肉(10日)、ツナ缶(24日)おほか、木綿豆腐、米みそ、牛乳	キャベツ、にんじん、あおのり、切干しだいこん、きゅうり、ほうれんそう、みかん缶、粉寒天	麦茶 ミルク寒天・菓子	麦茶 菓子
25 水	ハヤシライス コールスローサラダ 果物	精白米、じゃがいも、調合油、薄力粉、有塩バター、上白糖、コーンフレーク、マヨネーズ	豚肉、スキムミルク、牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、果物	コーンフレークミルク	麦茶 菓子
12 木	ごはん ツナじゃが ひじきとれんこんのサラダ すまし汁(麩・チンゲン菜)	精白米、じゃがいも、上白糖、調合油、ごま油、釜焼きふ、コッパパン、かたくり粉、有塩バター	ツナ缶、米みそ、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、干しひじき、れんこん、きゅうり、チンゲンサイ	牛乳 ココアクリームサンド	麦茶 菓子
26 木	ごはん 肉じゃが ひじきとれんこんのサラダ すまし汁(麩・チンゲン菜)	精白米、じゃがいも、上白糖、調合油、ごま油、釜焼きふ、コッパパン、かたくり粉、有塩バター	豚肉、米みそ、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、干しひじき、れんこん、きゅうり、チンゲンサイ	牛乳 ココアクリームサンド	麦茶 菓子
13 / 27 金	ごはん 魚の中華あんかけ ナムル 春雨スープ (春雨・人参・わかめ)	精白米、かたくり粉、調合油、ごま油、上白糖、いりごま、緑豆はるさめ	たら、鶏ひき肉	青ピーマン、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、りょくとうもやし、乾燥わかめ、焼きのり	麦茶 そばおにぎり	麦茶 菓子
14 / 28 土	スパゲティナポリタン 野菜スープ 果物	スパゲッティ、調合油	ベーコン、牛乳	たまねぎ、青ピーマン、にんじん、パセリ、果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子
節分	節分ドライカレー のりサラダ 野菜スープ (じゃがいも・人参)	精白米、かたくり粉、調合油、有塩バター、ごま油、じゃがいも、食パン、上白糖	豚ひき肉、牛乳、生クリーム	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、果物ジャム、ほうれんそう、りょくとうもやし、焼きのり	牛乳 クリームサンドロール(恵方巻風) または、鬼まんじゅう	麦茶 菓子
誕生会	キャロットライス ポテトグラタン 花野菜サラダ コンソメスープ	精白米、じゃがいも、有塩バター、薄力粉、調合油、上白糖、きょうごの皮	鶏もも肉、スキムミルク、牛乳、ピザ用チーズ、乳酸菌飲料	にんじん、たまねぎ、プロッコリ、こまつな、バナナ	乳酸菌飲料 バナナパイ	麦茶 菓子

・食材の都合により、献立が変更になる場合があります。
 ・納入の兼ね合いで冷凍食材を使用する場合があります。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	406kcal(463kcal)	14.4g(15.1~23.2g)
3歳以上児	508kcal(562kcal)	18.4g(18.7~28.7g)

※()は目標量です。