

2025年 2月の給食予定献立表 (3才以上児)

そとからかえったら てあらいうがいを しょうね! さくらんぼ保育園

曜日	日	こんだてめい	赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	白のなかま	エネルギー 蛋白質脂質塩分
			血や肉になる	力や体温になる	体の調子を整える	調味料・その他	
月	10	★カレーライス	豚肉	じゃがいも	人参 玉葱 ビーマン	カレールウ	406kcal
	24	キャベツのしらすあえ はっさく 午後おやつ ぎゅうにゅう ★スイートポテト	しらす干し 牛乳	さつまいも 三温糖 パター	キャベツ きゅうり はっさく	しょうゆ	16.4g 13.8g 1.1g
火	11	★さけのしおやき	生鮭	三温糖	大根 人参	塩	348kcal
	25	だいこんサラダ きのこのみそしる 午後おやつ ぎゅうにゅう りんご おかし するめ	絹豆腐 味噌 牛乳 するめ	おかし	えのき茸 しめじ 舞茸 小松菜 玉葱 りんご	酢 塩 しょうゆ 昆布 煮干し	21.9g 13.4g 1.4g
水	12	とりつくね	鶏挽肉 木綿豆腐	三温糖 ごま油 片栗粉	人参 玉葱 小松菜	しょうゆ	418kcal
	26	★ブロッコリーのひじきマヨサラダ ★たまねぎのスープ みかん 午後おやつ ぎゅうにゅう ★マカロニきなこ	牛乳 きな粉	マカロニ 三温糖	ブロッコリー コーン缶 えのき茸 玉葱 みかん	ひじき マヨドレ 塩 酢 昆布 鰹節 塩 ワカメ 塩	20.4g 16.9g 1.3g
木	13	さばのてりやき	生サバ	三温糖	白菜	しょうゆ	324kcal
	27	★はくさいのこんぶあえ ★かぼちゃのみそしる 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし りんご	油揚げ 味噌 牛乳	おかし	南瓜 玉葱 しめじ 小松菜 りんご	塩 昆布 昆布 煮干し	18.6g 11.5g 1.5g
金	14	ぶたにくのケチャップいため	豚肉	三温糖	人参 玉葱 ビーマン	ケチャップ しょうゆ	462kcal
	28	ほうれんそうのナムル とうふのスープ はっさく 午後おやつ ぎゅうにゅう じゃがちーやき	絹豆腐 牛乳 チーズ	三温糖 ごま油 白いりごま じゃがいも 片栗粉	ほうれん草 人参 もやし 玉葱 えのき茸 チンゲン菜 はっさく	酢 しょうゆ 昆布 鰹節 塩	25.2g 21.9g 1.7g
土	1	パンのひ (パン持参) ぎゅうにゅう	牛乳	パン			401kcal
	15	とりにくのあまからいため ポテトサラダ くだもの 午後おやつ むぎちゃ おかし	鶏肉	三温糖 じゃがいも 三温糖 おかし	玉葱 コーン缶 人参 きゅうり	しょうゆ 酢 塩 麦茶	19.1g 16.1g 0.9g
月	3	3日: せつぶんごはん	大豆	米 三温糖	人参 乾椎茸	糸昆布 しょうゆ	601kcal
	17	17日: ★ませごはん ししゃも キャベツとこまつなのおかかあえ だいこんのみそしる みかん 午後おやつ 3日: ぎゅうにゅう おにのぼんつからむしパン 17日: ぎゅうにゅう さつまいものむしパン	豚挽肉 ししゃも かつお節 味噌 油揚げ 牛乳	米 三温糖 さつまいも 小麦粉 三温糖 さつまいも 小麦粉 三温糖	人参 乾椎茸 ほうれん草 キャベツ 小松菜 もやし 大根 白菜 しめじ みかん	しょうゆ しょうゆ 昆布 煮干し ワカメ B.P ココアパウダー B.P	25.2g 15.2g 1.6g 27.8g 17.2g 1.5g
火	4	メカジキのにつけ	メカジキ	三温糖		しょうゆ	278kcal
	18	かぶときゅうりのしおもみ こんさいのみそしる 午後おやつ ヨーグルト りんご おかし いりざかな	味噌 絹豆腐 ヨーグルト 小魚	おかし	かぶ きゅうり 人参 大根 蓮根 えのき茸 小松菜 りんご	食塩 昆布 煮干し 塩	17.6g 9.7g 1.6g
水	5	パンのひ (パン持参) ハンバーグのトマトソースに	豚挽肉	パン 食パン 三温糖	玉葱 トマト缶	しょうゆ ケチャップ	408kcal
	19	だいこんとほうれんそうのツナサラダ ふゆやさいシチュー 午後おやつ むぎちゃ ゆかりおにぎり はっさく	ツナ缶 牛乳	じゃがいも 米	大根 ほうれん草 人参 玉葱 かぶ 白菜 クリームコーン缶 ブロッコリー はっさく	マヨドレ 酢 塩 麦茶 ゆかり	19.7g 11.3g 1.4g
木	6	★メルルーサのごまみそやき	メルルーサ 味噌	三温糖 白いりごま			365kcal
	20	★はるさめサラダ ★はくさいのスープ 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし りんご	絹豆腐 牛乳	春雨 三温糖 ごま油 おかし	人参 きゅうり キャベツ 白菜 玉葱 えのき茸 チンゲン菜 りんご	酢 しょうゆ 塩 昆布 鰹節 塩	19.8g 13.5g 1.6g
金	7	★ほうとう	豚肉 味噌	ほうとう 里芋	人参 大根 しめじ 長ねぎ 南瓜	昆布 煮干し しょうゆ	681kcal 24.8g
	21	はくさいとこまつなごまあえ みかん 午後おやつ 7日: ぎゅうにゅう ★あまからだんご 21日: ぎゅうにゅう おかし	牛乳 牛乳	白すりごま 上新粉 三温糖 片栗粉 おかし	白菜 小松菜 みかん	しょうゆ しょうゆ	14.9g 1.9g 606kcal 22.9g 15.7g 1.3g
土	8	パンのひ (パン持参) ぎゅうにゅう	牛乳	パン			350kcal
	22	にくだんごに キャベツのおかかあえ くだもの 午後おやつ むぎちゃ おかし	豚挽肉 かつお節	三温糖 片栗粉 おかし	玉葱 人参 キャベツ 小松菜	しょうゆ しょうゆ 麦茶	17.3g 13.8g 0.9g

*3日(月)、7日(金)、17日(月)、21日(金)は主食はいりません。

5日(水)、19日(水)はパンを持参してください。

*土曜保育も1日保育になりますので、3才児以上児は主食を持参してください。

1日、8日、15日はパンを持参してください。

*22日はひなまつりかいです。土曜保育はありません。

*「★印」は、ひまわりさんのアンコール献立です。

