



2月献立表

平成30年度

※赤色は10時おやつ、青色は午後おやつ材料

日付	曜日	10時おやつ 3歳未満児	献立名	材料名			おやつ 全員	栄養価(kcal)	
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		3歳未満	3歳以上
1	金	牛乳菓子	鬼の子ランチ すまし汁 マカロニサラダ	米、 白玉粉 、マカロニ、 黒砂糖 、油、砂糖、油	牛乳、ギョーザ(冷凍)、 絹ごし豆腐 、ちくわ、しょうゆ、 牛乳	にんじん、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、はくさい、ほしのり、炊き込みわかめ	牛乳 黒糖焼きもち	537	599
15	金	牛乳菓子	ご飯 かきあげ 土佐酢和え	米、さつまいも、 白玉粉 、小麦粉、油、 黒砂糖 、砂糖、油	牛乳、 絹ごし豆腐 、えび(むき身)、卵、ちくわ、しょうゆ、かつお節、 牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、水菜、れんこん、ごぼう、いんげん	牛乳 黒糖焼きもち	493	598
2 16	土	牛乳菓子	鶏肉のすき焼き丼 もも缶	米、砂糖	牛乳、鶏肉、しょうゆ、 牛乳	もも缶、たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ、にんにく、しょうが	牛乳 菓子	466	470
4 18	月	牛乳 ブルーチェ	ご飯 けんちん汁 鮭のちゃんちゃん焼き 五目和え	米、 小麦粉 、しらたき、 砂糖 、マーガリン、 砂糖 、油、 ブルーチェ	牛乳、さけ、木綿豆腐、油揚げ、だいず水煮、しょうゆ、 ヨーグルト(無糖) 、白みそ、 脱脂粉乳 、いわし(煮干し)、 ごま 、 牛乳	にんじん、だいこん、青菜、もやし、たまねぎ、キャベツ、 りんご 、葉ねぎ、ピーマン、干ししいたけ	牛乳 りんごケーキ	517	576
5 19	火	牛乳菓子	ご飯 中華スープ 回鍋肉 ナムル	米、 小麦粉 、 砂糖 、 砂糖 、油、ねりごま、片栗粉、ごま油	牛乳、厚揚げ、しょうゆ、味噌、 高野豆腐 、 バター 、ごま、 牛乳	キャベツ、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、しめじ、ねぎ、冷凍コーン、赤ピーマン、ピーマン、にんじん、 ごま 、にら、 にんじん 、 カットわかめ 、にんにく	牛乳 ビタミンクッキー	491	563
6 20	水	牛乳 一口ゼリー	ご飯 鶏肉のバーベキュー風 フレンチサラダ いよかん	米、 米粉 、 砂糖 、油、 片栗粉 、油、 砂糖 、 一口ゼリー	牛乳、鶏肉、 調製豆乳 、しょうゆ、 牛乳	いよかん、キャベツ、りんご、にんじん、きゅうり、レモン	牛乳 米粉のココア蒸しパン	493	561
7 21	木	牛乳菓子	ご飯 豚肉の生姜炒め 青菜とちりめんの和え物 納豆	米、油、砂糖	牛乳、豚肉、納豆、しらす干し、しょうゆ、ごま、 牛乳	ほうれんそう、たまねぎ、青菜、もやし、赤ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、しょうが	牛乳 菓子 小魚	515	531
8 22	金	牛乳菓子	ご飯 呉汁 千草焼き カリフラワーのごま塩サラダ	米、 片栗粉 、 砂糖 、 砂糖 、油	牛乳、 調製豆乳 、卵、豚ひき肉、味噌、だいず水煮、油揚げ、 きな粉 、いわし(煮干し)、ごま、しょうゆ、 牛乳	だいこん、キャベツ、はくさい、たまねぎ、にんじん、カリフラワー、青菜、しめじ、れんこん、葉ねぎ、黒きくらげ	牛乳 豆乳もち	489	568
9 23	土	牛乳菓子	ミートスパゲティ バナナ	スパゲティ、ケチャップ、油、小麦粉、砂糖	牛乳、豚肉、 牛乳	バナナ、たまねぎ、トマトピューレ、にんじん、エリンギ、にんにく	牛乳 菓子	467	474
25	月	牛乳菓子	そばろ井 きのこスープ パイン缶	米、 さつまいも 、 砂糖 、 砂糖 、油、片栗粉	牛乳、 ねりあん 、鶏肉、木綿豆腐、 高野豆腐 、しょうゆ、 牛乳	パイン缶、青菜、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しいたけ、赤ピーマン、グリーンピース(冷凍)、干ししいたけ、 かんてん(粉) 、しょうが	牛乳 さつま芋入り水ようかん	521	576
12 26	火	牛乳菓子	ご飯 魚の塩焼き 切り干し大根の煮物 りんご	たこ焼き 、米、油、油、 砂糖 、 砂糖 、	牛乳、さば、油揚げ、しょうゆ、いわし(煮干し)、 牛乳	りんご、にんじん、切り干しだいこん、いんげん	牛乳 揚げたこ焼き	515	604
13 27	水	牛乳 コーンフレーク	ご飯 飛鳥汁 野菜とひじきのサラダ ブロッコリーの塩ゆで	米、 食パン 、じゃがいも、 マヨネーズ 、 麩 、 砂糖 、 コーンフレーク	牛乳、鶏肉、厚揚げ、味噌、牛乳、ちくわ、ごま、 しらす干し 、いわし(煮干し)、しょうゆ、 ごま 、 牛乳	ブロッコリー、はくさい、だいこん、キャベツ、にんじん、ごぼう、きゅうり、葉ねぎ、ひじき、 あおのり	牛乳 ごまじゃこトースト	472	562
14 28	木	牛乳菓子	ご飯 豆腐のカレー煮 菜の花和え 手作りふりかけ	米、 パーモンドカレー (甘口)	牛乳、木綿豆腐、豚肉、しらす干し、しょうゆ、ごま、かつお節、 チーズ牛乳	たまねぎ、青菜、キャベツ、にんじん、エリンギ、もやし、菜の花、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、 カットわかめ	牛乳 菓子 チーズ	528	555

※都合により食材の一部または献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

※お米は赤磐市赤坂産の「朝日米」を使用しています。