



平成27年度 2月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段	乳児
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの		エネルギー	たんぱく質
1 月	○	ロールパン 果物		果物	ロールパン	麦茶	542	26.0
		クリスマス焼きサーモン	鮭	にんにく、生姜	コーンフレーク	おにぎり		
2 火	○	洋風きんぴら	ベーコン	れんこん、人参、いんげん	油、砂糖		565	27.1
		コンソメスープ		人参、玉ねぎ、しめじ、小松菜				
3 水	○	カレーライス	豚もも肉	玉ねぎ、人参、しめじ	米、七分つき押麦、じゃがいも、ルウ	麦茶	585	20.0
		キャベツの磯和え	海苔、かつお節	キャベツ、小松菜、人参		焼き芋		
4 木	○	チーズ	チーズ				585	18.7
		ゼリー		ゼリー				
5 金	○	鬼ライス フロッコリー	鶏もも肉、黒豆	玉ねぎ、人参、フロッコリー	米、とんがりコーン、油	麦茶	555	23.0
		かみかみ昆布	昆布			ポップコーン		
6 土	○	つまみれ汁	いわし	人参、しいたけ、ねぎ		チーズ	557	22.6
		果物		果物				
7 日	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	555	22.6
		鶏肉のつくね焼き トマト	鶏ひき肉、豆乳	玉ねぎ、人参、椎茸、トマト	パン粉、砂糖	みたらし団子		
8 月	○	ごまサラダ	ロースハム	きゅうり、人参	マヨネーズ、春雨、ごま、砂糖		588	23.0
		大根のみそ汁	みそ	大根、ねぎ				
9 火	○	焼きそば	豚もも肉	キャベツ、人参、しめじ、もやし	中華蒸し麺、ごま油	麦茶	556	19.9
		フライドポテト			じゃがいも、油	ヨーグルト		
10 水	○	白菜スープ	ベーコン	白菜、ホールコーン、人参		ウエハース	566	18.5
		果物		果物				
11 木	○	中華丼	豚もも肉、なると	白菜、人参、玉ねぎ、いんげん	米、七分つき押麦、ごま油、片栗粉	麦茶	545	21.1
		チーズ	チーズ			せんべい		
12 金	○	果物		果物			570	21.6
		みそ汁	豆腐、みそ	小松菜				
13 土	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	540	21.0
		すきやき煮	豚もも肉、焼き豆腐	玉ねぎ、ほうれん草、人参、椎茸	糸こんにゃく、砂糖、油	ベーコンエビ		
14 日	○	キャベツの塩昆布和え	塩昆布	キャベツ、人参			567	21.0
		じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	みそ、油揚げ	玉ねぎ、葱	じゃがいも			
15 月	○	黒米ご飯 果物		果物	米、黒米	麦茶	526	20.9
		魚のフライ トマト	メルルーサ	トマト	小麦粉、パン粉、油	肉まん		
16 火	○	フロッコリーの胡麻和え	わかめ、みそ	フロッコリー、人参	胡麻、砂糖		552	20.9
		みそ汁		大根、ねぎ				
17 水	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	552	26.7
		鶏肉のマーメレード焼き	鶏もも肉	フロッコリー	マーメレード	プリン		
18 木	○	コロコロサラダ	ロースハム	きゅうり、人参	じゃがいも、油、砂糖		559	27.1
		野菜スープ		玉ねぎ、人参、たけのこ、キャベツ				
19 金	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	531	23.7
		魚のみそマヨネーズ焼き	鮭、みそ	葱	マヨネーズ	チョコパン		
20 土	○	ひじき煮	油揚げ、ひじき	人参、いんげん	砂糖、油		554	24.4
		白菜のみそ汁	みそ	白菜、しいたけ				
21 日	○	チキンライス	鶏もも肉	玉ねぎ、人参、グリーンピース、コーン	米、油	麦茶	547	18.8
		ウインナー フロッコリー	ウインナー	フロッコリー		クッキー		
22 月	○	野菜スープ		キャベツ、玉ねぎ、人参	じゃがいも		559	18.8
		果物		果物				
23 火	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	557	25.5
		鯖のみそ煮	さば、みそ		砂糖	ラスク		
24 水	○	おかかあえ	かつお節	小松菜、もやし、人参			590	26.7
		けんちん汁	豚もも肉、豆腐	人参、大根、ごぼう、ねぎ	こんにゃく			
25 木	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	560	23.0
		和風ハンバーグ	豚ひき肉	玉ねぎ、人参	パン粉、油	たこ焼き		
26 金	○	マカロニサラダ	ロースハム	きゅうり、人参	マカロニ、マヨネーズ		595	23.5
		さつまいも汁	みそ	ねぎ	さつまいも			
27 土	○	ロールパン 果物		果物	ロールパン	麦茶	533	21.5
		コロケ	豚ひき肉、チーズ	玉ねぎ、人参	じゃがいも、小麦粉、パン粉、油	おにぎり		
28 日	○	海藻サラダ	わかめ、ツナ	きゅうり、人参	ごま油		561	21.7
		コンソメスープ		キャベツ、人参、もやし、しめじ				
29 月	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	548	17.6
		かじきのケチャップ煮	かじき	果物	小麦粉、砂糖	シリアルバー		
30 火	○	切干大根煮	油揚げ	切干大根、人参、いんげん	油、砂糖		560	16.5
		みそ汁	わかめ、みそ	玉ねぎ	麩			
31 水	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	541	21.5
		鶏肉のバーベキューソース焼き	鶏もも肉	りんご、レモン	砂糖	クッキー		
1 木	○	グリーンポテト	あおのり		じゃがいも		571	21.6
		きのこスープ		しめじ、しいたけ、えのき、玉ねぎ				
2 金	○	スパゲティーナボリタン	鶏もも肉	玉ねぎ、人参、グリーンピース	スパゲティー、油	麦茶	536	23.7
		小魚	いわし	果物		せんべい		
3 土	○	貝だくさんスープ	ベーコン	玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ	じゃがいも		564	24.5
		食パン 果物		果物	食パン	麦茶	550	29.4
4 日	○	魚のチーズ焼き トマト	鮭、チーズ	トマト		きな粉団子		
		ほうれん草ソテー	ベーコン	ほうれん草、人参、コーン	油		583	31.6
5 月	○	キャロット豆乳スープ	豆乳	人参、玉ねぎ				
		和風うどん	鶏もも肉、油揚げ	人参、ごぼう、しいたけ	うどん、砂糖	麦茶	523	19.0
6 火	○	竹輪の磯辺揚げ	竹輪、青のり		小麦粉、油	源氏パイ		
		キャベツのおかか和え	かつお節	キャベツ、人参			562	19.8
7 水	○	麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	531	23.7
		白身魚の胡麻照り焼き	カラスカレイ	フロッコリー	ごま、砂糖	米粉ケーキ		
8 木	○	パンサンデー	ロースハム	きゅうり、人参	春雨、砂糖、ごま油		555	24.4
		みそ汁	豆腐、わかめ、みそ	玉ねぎ				
9 金	○	ハヤシライス	豚もも肉	玉ねぎ、人参、しめじ	米、七分つき押麦、ルウ	麦茶	558	20.1
		コールスローサラダ	ロースハム	きゅうり、人参、キャベツ	油、砂糖	さつまいも		
10 土	○	ヨーグルト	いわし			スティック	572	19.0
		麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	536	21.3
11 日	○	花しゅうまい フロッコリー	豚ひき肉	玉ねぎ、人参、しいたけ	シュウマイの皮、ごま油	カルシウム		
		大豆の磯煮	ひじき、大豆、油揚げ	人参、いんげん	砂糖、油	おかき		564
12 月	○	みそ汁	みそ	大根、ねぎ	麩			
		マーボー豆腐丼	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ	玉ねぎ、人参、しいたけ、ねぎ	米、ごま油、片栗粉、砂糖	麦茶	570	23.2
13 火	○	小魚	いわし			かし		
		果物		果物				
14 水	○	野菜スープ		キャベツ、人参、もやし、しめじ	じゃがいも		588	23.6
		麦ご飯 果物		果物	米、七分つき押麦	麦茶	523	22.6
15 木	○	鶏肉のから揚げ トマト	鶏もも肉	トマト	片栗粉、油、砂糖	サンドパン		
		フレンチサラダ	ロースハム	キャベツ、きゅうり、人参	油、砂糖		561	23.4
16 金	○	みそ汁	わかめ、油揚げ、みそ	玉ねぎ				

※ 園行事、仕入れ等により、献立を変更する場合があります。

※ 昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。

※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。こども園に通う教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

幼児	乳児	
脂質	16.6	18.1
塩分	2.2	2.0

|

|