



# 令和7年2月献立表(幼児)



| 日<br>曜 | 時間帯            | 献立   | 材 料 名  |                              |   | 栄養価  |
|--------|----------------|--|--|------------------------------|---|--|
|        |                |  | 黄<br>熱と力になるもの  | 赤<br>血や肉や骨になるもの              | 緑<br>体の調子を整えるもの   |  |
| 3月     | ☆<br>節分給食☆     | 朝食<br>オムライス<br>コンソメスープ<br>ほうれん草とツナの和え物<br>バナナ<br>午後おやつ<br>牛乳<br>たまごボーロ                       | 米  | 鶏肉、卵<br>ツナ、かつお節              | たまねぎ、にんじん<br>はくさい、ねぎ<br>ほうれん草、にんじん<br>バナナ                         | エネルギー 554KCal<br>たんぱく質 20.2g<br>脂 質 17.7g<br>カルシウム 202mg<br>食塩相当量 1.6g |
|        | 4火             | ☆<br>21金   | 朝食<br>そばろパン<br>コーンスープ<br>チーズはんぺんフライ<br>はるさめサラダ<br>フルーツカクテル缶<br>午後おやつ<br>牛乳<br>焼きプリンタルト | そばろパン<br>油<br>中華ドレッシング       | 牛乳<br>チーズはんぺんフライ<br>ハム<br>コーンスープの素<br>はるさめ、きゅうり、にんじん<br>フルーツカクテル缶 | エネルギー 469KCal<br>たんぱく質 17.4g<br>脂 質 19.6g<br>カルシウム 238mg<br>食塩相当量 2.5g |
| 5水     | 27木            | 朝食<br>ハヤシライス<br>オムレツ<br>ごぼうときゅうりのサラダ<br>りんご<br>午後おやつ<br>牛乳<br>シュークリーム(いちご)                   | 米<br>マヨネーズ   | 豚肉<br>オムレツ<br>ベーコン           | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム<br>ごぼう、にんじん、きゅうり、<br>りんご                        | エネルギー 628KCal<br>たんぱく質 20.3g<br>脂 質 28.1g<br>カルシウム 193mg<br>食塩相当量 2.3g |
|        | 6木             | 28金  | 朝食<br>ご飯<br>みそ汁<br>ミートボール<br>カリフラワーのサラダ<br>白桃缶<br>午後おやつ<br>牛乳<br>マカロニきな粉               | 米<br>焼き麩<br>砂糖<br>フレンチドレッシング | みそ<br>ミートボール<br>ベーコン  | もやし<br>カリフラワー、ブロッコリー、にんじん、コーン<br>白桃缶                                   |
| 7金     | 18火            | 朝食<br>肉みそうどん<br>すまし汁<br>キャベツのおかか和え<br>オレンジ<br>午後おやつ<br>麦茶<br>フライドポテト                         | うどん、砂糖、片栗粉   | 豚肉<br>ちくわ、かつお節               | たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ<br>だいこん、あさつき<br>キャベツ、きゅうり<br>オレンジ             | エネルギー 350KCal<br>たんぱく質 11.3g<br>脂 質 10.7g<br>カルシウム 53mg<br>食塩相当量 1.8g  |
|        | 10月            | 19水  | 朝食<br>ふりかけご飯(おかか)<br>みそ汁<br>魚の照り焼き<br>切り干し大根の旨煮<br>洋なし缶<br>午後おやつ<br>牛乳<br>ストロベリーゼリー    | 米<br>砂糖                      | ふりかけおかか<br>卵、みそ<br>赤魚<br>油揚げ                                      | えのき<br>切干し大根、にんじん、いんげん<br>洋なし缶   |
| 12水    | 20木            | 朝食<br>ご飯<br>みそ汁<br>豚肉のしょうが焼き<br>小松菜のごま和え<br>黄桃缶<br>午後おやつ<br>牛乳<br>ソフトクレープ(バナナ)               | 米<br>じゃがいも<br>砂糖   | みそ<br>豚肉<br>ちくわ              | にんじん<br>たまねぎ、しょうが<br>こまつな、にんじん<br>黄桃缶                             | エネルギー 524KCal<br>たんぱく質 17.7g<br>脂 質 19.2g<br>カルシウム 227mg<br>食塩相当量 1.4g |
|        | 13木            | 朝食<br>ロールパン(いちご&マーガリン)<br>コンソメスープ<br>鶏肉の照り焼き<br>ひじきの煮物<br>りんご缶<br>午後おやつ<br>野菜ジュース<br>やわらかサブレ | ロールパン(いちご&マーガリン)<br>砂糖<br>ごま油  | 鶏肉<br>油揚げ                    | たまねぎ、コーン<br>ひじき、にんじん、いんげん<br>りんご缶<br>野菜ジュース                       | エネルギー 479KCal<br>たんぱく質 13.8g<br>脂 質 23.0g<br>カルシウム 76mg<br>食塩相当量 1.7g  |
| 14金    | ☆<br>バレンタイン給食☆ | 朝食<br>ご飯<br>みそ汁<br>ハートのハンバーグ<br>ブロッコリーサラダ<br>カットゼリー(サイダー)<br>午後おやつ<br>牛乳<br>クッキー             | 米<br>中華ドレッシング  | 油揚げ、みそ<br>ハートのハンバーグ<br>ベーコン  | なめこ<br>ブロッコリー、にんじん、コーン<br>カットゼリー(サイダー)                            | エネルギー 690KCal<br>たんぱく質 22.7g<br>脂 質 30.1g<br>カルシウム 181mg<br>食塩相当量 2.2g |
|        | 17月            | 朝食<br>ご飯<br>すまし汁<br>鶏肉のごまみそ焼き<br>ひじきの煮物<br>パイ缶<br>午後おやつ<br>麦茶<br>やわらかおかき(うすしお)               | 米<br>砂糖、すりごま<br>ごま油  | 鶏肉、みそ<br>油揚げ                 | わかめ、かぶ<br>ひじき、にんじん、いんげん<br>パイ缶                                    | エネルギー 434KCal<br>たんぱく質 15.7g<br>脂 質 6.2g<br>カルシウム 84mg<br>食塩相当量 2.1g   |
| 26水    | ☆<br>お誕生日給食☆   | 朝食<br>ご飯<br>みそ汁<br>ヒレカツ<br>シーザーサラダ<br>ピーチゼリー<br>午後おやつ<br>ジョア<br>ケーキ                          | 米<br>油<br>フレンチドレッシング、粉チーズ  | みそ<br>ヒレカツ<br>ベーコン           | こまつな、ねぎ<br>ブロッコリー、にんじん<br>ピーチゼリーの素                                | エネルギー 664kcal<br>たんぱく質 22.8g<br>脂 質 20.3g<br>カルシウム 376mg<br>食塩相当量 1.9g |
|        | ☆<br>お誕生日給食☆   | ジョア<br>ケーキ   | ジョア<br>ケーキ   | ジョア                          | ジョア   | ジョア  |

※おやつ 2月8日(土) ベジたべる 2月11日(火) アンパンマンビスケット 2月15日(土) たべっ子どうぶつ 2月22日(土) サッポロポテト 2月24日(月) ベジたべる  
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。