



2月献立表



清原保育園

日	曜	10時おやつ (乳児)	昼食	3時おやつ	未満児	幼児	赤	黄	緑
					エネルギー量 たんぱく質	エネルギー量 たんぱく質			
1	土								
3	月	ビスケット、麦茶	ごはん、チキンのバーベキュー焼き、がんも煮、磯和え、みそ汁	ホットケーキ、牛乳	431kcal 19.7g	471kcal 24.5g	鶏もも肉 一口がんもどき 10gのり 牛乳	サブレ 米 砂糖 ジャがいも ホットケーキミックス バター マーブルシロップ	おろししょうが いんじん 小松菜 もやし にんじん 玉ねぎ
4	火	ムース	焼きそば、厚焼き玉子、いんげんのごまみそマヨ和え、みそ汁、オレンジ	しらす入りおにぎり、麦茶	389kcal 13.4g	420kcal 14.7g	牛乳 豚小腸 厚焼き玉子 油揚げ しらす干し	デザート&ムース(ピーチ味) やきそば サラダ油 すりごま マヨネーズ 米 ごま	キャベツ にんじん ピーマン いんげん 大根 オレンジ
5	水	せんべい、麦茶	豚丼、小松菜のしめじ和え、かぼちゃのサラダ、みそ汁	お麩ラスク、バナナ、牛乳	507kcal 18.2g	511kcal 20.4g	豚小腸 わかめ 豆腐 牛乳	せんべい 米 砂糖 マヨネーズ ふ・小町鮎 バター グラニュー糖	玉ねぎ おろししょうが 小松菜 しめじ かぼちゃ きゅうり にんじん パナナ
6	木	ビスケット、麦茶	ごはん、魚のみそ焼き、れんこんきんぴら、青菜の納豆和え、けんちん汁	プリン、ばりんど、牛乳	391kcal 15.5g	482kcal 21.6g	ホキ 納豆 豆腐 牛乳	ミニアスバラガスビスケット 米 砂糖 ごま ごま油 さといも プリンの素 せんべい	れんこん にんじん いんげん 小松菜 大根 ごぼう ししいたけ
7	金	せんべい、麦茶	ごはん、鶏肉のチーズ焼き、ひじき煮、みそ汁、グレープフルーツ	たこ焼き、牛乳	466kcal 20.0g	512kcal 24.5g	鶏もも肉 チーズ ひじき 油揚げ わかめ 牛乳	せんべい 米 砂糖	にんじん ししいたけ きぬさや なめこ たこ焼き 20g
8	土								
10	月	せんべい、麦茶	ごはん、焼肉、里芋のそぼろ煮、シルバーサラダ、みそ汁	たいやき、牛乳	529kcal 18.9g	561kcal 21.6g	豚小腸 鶏ひき肉 ハム 豆腐 わかめ 牛乳	せんべい 米 サラダ油 さといも 砂糖 春雨 フレンチドレッシング たい焼き	ピーマン 玉ねぎ パプリカ キャベツ きぬさや きゅうり にんじん
11	火								
12	水	ビスケット、麦茶	中華丼、春巻き、ナムル、みそ汁	クラッカー、バナナ、牛乳	467kcal 15.5g	562kcal 18.5g	豚小腸 かまぼこ 春巻き わかめ 牛乳	アンパンマン幼児用ビスケット 米 ごま油 片栗粉 ごま クラッカー	白菜 にんじん たけのこ ししいたけ きぬさや おろししょうが もやし チンゲンサイ えのきバナナ
13	木	ヨーグルト	和風スパゲティ、オムレツ、ほうれん草ソテー、コンソメスープ、グレープフルーツ	おにぎり（おかか）、麦茶	416kcal 13.0g	471kcal 14.5g	プレーンヨーグルト ツナ缶 オムレツ かつお節	砂糖 スパゲティ サラダ油 米 ごま	玉ねぎ しめじ ほうれんそう キャベツ とうもろこし 白菜 にんじん
14	金	せんべい、麦茶	ごはん、魚のカレームニエル、コーンサラダ、スマイルポテト、みそ汁	牛乳もち、麦茶	371kcal 11.1g	394kcal 15.6g	ホキ 牛乳	せんべい 米 小麦粉 サラダ油 和風ドレッシング ハッシュポテト ジャがいも 片栗粉 砂糖	とうもろこし キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ 小松菜
15	土								
17	月	ビスケット、麦茶	ごはん、鶏肉の胡麻味噌焼き、スパサラ、すまし汁、バナナ	肉まん、牛乳	417kcal 19.8g	537kcal 27.0g	鶏もも肉 牛乳	ミニアスバラガスビスケット 米 ごま スパゲティ マヨネーズ ふ・小町鮎 肉まん	玉ねぎ にんじん きゅうり しめじ パナナ
18	火	せんべい、麦茶	キーマカレー、チキンナゲット、コールスローサラダ、コンソメスープ	いももち、牛乳	531kcal 18.0g	556kcal 20.6g	豚ひき肉 チキンナゲット 牛乳	せんべい 米 サラダ油 カレー ルウ フレンチドレッシング ジャがいも	玉ねぎ にんじん キャベツ とうもろこし きゅうり もやし ほうれんそう
19	水	ビスケット、麦茶	ごはん、煮込みハンバーグ、花野菜サラダ、みそ汁、オレンジ	バナナケーキ、牛乳	470kcal 18.6g	506kcal 21.2g	豚ひき肉 牛乳 わかめ	サブレ 米 バン粉 和風ドレッシング ジャがいも ホットケーキミックス 砂糖 バター	玉ねぎ しめじ ブロッコリー カリフラワー にんじん オレンジ パナナ
20	木	ムース	わかめうどん、かき揚げ、さつまいもの甘煮、お浸し	菜飯おにぎり、麦茶	363kcal 7.9g	383kcal 8.3g	牛乳 わかめ かまぼこ	デザート&ムース(ピーチ味) うどん 天かす 天ぷら粉 サラダ油 さつまいも 砂糖 米 ごま	玉ねぎ にんじん 春雨 ごぼう もやし きゅうり
21	金	せんべい、麦茶	ごはん、さばのカレー風味焼き、納豆、ゆかり和え、けんちん汁	ジャムパン、牛乳	505kcal 20.7g	596kcal 28.1g	さば 納豆 豆腐 牛乳	せんべい 米 砂糖 さといも ごま油 食パン いちごジャム	もやし キャベツ ほうれんそう 大根 にんじん 白菜 ごぼう
22	土								
24	月								
25	火	ビスケット、麦茶	ごはん、鶏つくね、ポテトサラダ、みそ汁、バナナ	シュガートースト、牛乳	495kcal 14.0g	572kcal 16.2g	豚小腸 牛乳	アンパンマン幼児用ビスケット 米 サラダ油 ハヤシライス コロッケ 和風ドレッシング カップゼリーの素 ふどう味 ビスコ	にんじん 玉ねぎ しめじ ブロッコリー カリフラワー とうもろこし ほうれんそう もやし
26	水	ヨーグルト	ハヤシライス、コロッケ、ブロッコリーサラダ、コンソメスープ	ゼリー、ビスコ、牛乳	573kcal 22.7g	579kcal 23.4g	プレーンヨーグルト 鶏ひき肉 ハム 牛乳	砂糖 米 ジャがいも マヨネーズ 食パン マーガリン グラニュー糖	玉ねぎ にんじん きゅうり とうもろこし 白菜 なめこ パナナ
27	木	せんべい、麦茶	麻婆豆腐丼、ビーフン炒め、ぎょうざ、中華スープ	コーンフレーク	505kcal 17.1g	532kcal 20.0g	豆腐 豚ひき肉 豚小腸 わかめ 牛乳	せんべい 米 砂糖 片栗粉 ごま油 ビーフン コーンフレーク	玉ねぎ にんじん もやし チンゲンサイ 餃子 白菜
28	金	ビスケット、麦茶	魚の菜種焼き、切り干し大根のごま和え、マカロニソテー、みそ汁	ココアケーキ、牛乳	312kcal 14.1g	482kcal 21.7g	ホキ 鰯糸卵 かまぼこ 牛乳	サブレ マヨネーズ 砂糖 すりごま マカロニ サラダ油 ふ・小町鮎 ホットケーキミックス バター	切り干し大根 きゅうり にんじん 玉ねぎ ほうれんそう

※材料入手の関係で一部献立変更になる場合がございます。ご了承ください。

令和6年度 イートランド(株)

	エネルギー量	たんぱく質
3歳未満児目標栄養量	465kcal	18.6g
3歳未満児月平均	452kcal	16.6g
3歳以上児目標栄養量	585kcal	23.4g
3歳以上児月平均	507kcal	20.1g