

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	たんぱく質	エネルギー量 たんぱく質	たんぱく質			
2	月	ビスケット 麦茶	ごはん 八宝菜 春巻き ごまドレサラダ 中華スープ	ポップコーン 牛乳	521kcal 14.1g	580kcal 16.8g	豚小間 なたと 牛乳	からだをつくる	ちからがでる	からだの調子をととのえる	
3	火	せんべい 麦茶	☆節分メニュー 鬼ぞぼろごはん ツナポテトサラダ みそ汁	ぶどうゼリー ビスコ 牛乳	557kcal 17.1g	596kcal 19.8g	豚ひき肉 ツナ缶 油揚げ 牛乳				
4	水	ビスケット 麦茶	スパゲッティミートソース オムレツ 大根サラダ コンソメスープ	天かすおにぎり 麦茶	471kcal 15.9g	549kcal 19.3g	豚ひき肉 オムレツ わかめ 青のり				
5	木	ヨーグルト 麦茶	ごはん 魚の塩こうじ焼き 肉じゃが おかか和え みそ汁	たこ焼き 牛乳	495kcal 24.8g	566kcal 28.5g	プレーンヨーグルト 牛乳 豚小間 かつお節 高野豆腐 わかめ 青のり 牛乳				
6	金	せんべい 麦茶	ごはん スタミナ焼肉 グリーンサラダ パナナ みそ汁	ジャムサンド 牛乳	521kcal 19.2g	623kcal 23.9g	豚小間 牛乳				
7	土		おまかせメニュー								
9	月	ビスケット 麦茶	ごはん ひじき入り鶏つくね 青のりポテト ブロッコリーのサラダ みそ汁	手作りプリン ハッピーターン 牛乳	532kcal 19.7g	621kcal 23.9g	豚ひき肉 豆腐 ひじき 青のり 油揚げ 牛乳				
10	火	せんべい 麦茶	きつねうどん 五目きんぴら さつまいも天 ゆかり和え	おかかおにぎり 麦茶	360kcal 8.9g	375kcal 9.7g	豚肉油揚げ かまぼこ 豚小間 かつお節 牛乳				
11	水		建国記念の日								
12	木	ビスケット 麦茶	キーマカレー ミニコロッケ コールスローサラダ コンソメスープ	コーンフレーク 牛乳	446kcal 12.7g	543kcal 16.5g	豚ひき肉 牛乳				
13	金	ムース 麦茶	ごはん すき焼き風煮 マカロニサラダ みかん みそ汁	今川焼き 牛乳	508kcal 18.0g	584kcal 21.2g	牛乳 豚小間 豆腐 ハム わかめ				
14	土		おまかせメニュー								
16	月	せんべい 麦茶	ごはん なす入り麻婆豆腐 しゅうまい 春雨サラダ には玉スープ	さつまいも蒸しパン 牛乳	555kcal 17.1g	617kcal 20.0g	豆腐 豚ひき肉 鶏卵 牛乳				
17	火	ビスケット 麦茶	豚丼 がんも煮 信田和え みそ汁	みかん入りゼリー 牛乳	511kcal 18.5g	581kcal 22.5g	豚小間 がんもどき 油揚げ 牛乳				
18	水	せんべい 麦茶	ごはん サバのみそ焼き 切干大根の煮物 ブロッコリーのおかか和え 具沢山すまし汁	クラッカー パナナ 牛乳	480kcal 18.3g	525kcal 21.5g	さば 油揚げ かつお節 牛乳				
19	木	ヨーグルト 麦茶	焼きそば ぎょうざ もやしナムル 中華スープ	わかめおにぎり 麦茶	417kcal 13.7g	469kcal 14.6g	プレーンヨーグルト 豚小間				
20	金	ビスケット 麦茶	ごはん 鶏肉のカレー醤油焼き 納豆 ごま和え なめこ汁	ココアトースト 牛乳	517kcal 21.5g	603kcal 26.2g	鶏もも肉 納豆 豆腐 牛乳				
21	土		おまかせメニュー								
23	月		天皇誕生日								
24	火	せんべい 麦茶	ごはん ハンバーグ スパゲティサラダ オレンジ みそ汁	お麩のラスク 麦茶	449kcal 14.4g	483kcal 16.7g	豚ひき肉 鶏ひき肉				
25	水	ビスケット 麦茶	鶏きのこうどん かき揚げ かぼちゃ煮 塩昆布和え	しらすおにぎり 牛乳	416kcal 14.0g	449kcal 16.6g	鶏もも肉 塩昆布 しらす干し 牛乳				
26	木	せんべい 麦茶	パン ミニメンチカツ グリーンサラダ パナナ クリームシチュー	ホットケーキ 牛乳	583kcal 21.5g	653kcal 25.5g	鶏もも肉 牛乳				
27	金	ビスケット 麦茶	ごはん 魚の野菜あんかけ 青菜ののり和え 厚焼き卵 きのこのみそ汁	フルーツヨーグルト 牛乳	402kcal 21.4g	462kcal 26.2g	たら のり 厚焼きたまご 豆腐 プレーンヨーグルト 牛乳				
28	土		おまかせメニュー								

※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7年度 イートランド編

	エネルギー量	たんぱく質
3歳未満児目標栄養量	460kcal	18g
3歳未満児2月平均	486kcal	17.3g
3歳以上児目標栄養量	580kcal	22g
3歳以上児2月平均	550kcal	20.6g