



2 月 献 立 表



かぐみ保育園

日 曜	献立名	材料名(給食・午後おやつ)				午前おやつ 午後おやつ	栄養価	補食 (18:30~)
		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	調味料			
01 土	卵とじうどん じゃが芋のそぼろ煮 みかん	干しうどん、 じゃがいも、小 麦粉、砂糖、片 栗粉、油	牛乳、卵、鶏肉 (小間切れ)、豚 肉(ひき肉)、 チーズ、なた	たまねぎ、み かん 60g、に んじん、ほう れんそう、ね ぎ、さやいん げん	しょうゆ、本 みりん	牛乳 チーズ入り蒸しパン 牛乳	エネルギー 584 kcal たんぱく質 27.8 g 脂 質 18.3 g カルシウム 353 mg	焼きおにぎり
03 月	赤鬼ライス いちご 鮭の照り焼き 粒マスタード入りポテトサラダ 卵スープ(えのき茸・ねぎ)	米、じゃがい も、焼そばめ ん、グラニュー 糖、小麦粉、マ ヨネーズ	牛乳、さけ (40g)、卵、鶏 肉(ひき肉)、生 クリーム、ペー コン	いちご、たま ねぎ、もも (黄桃缶)、 ねぎ、にんじ ん、きゅうり	ケチャップ、 しょうゆ、中 濃ソース、 酒、食塩、粒 入りマスター ド	牛乳 ★鬼のパンツケーキ 牛乳	エネルギー 721 kcal たんぱく質 30.0 g 脂 質 30.9 g カルシウム 286 mg	チーズドッグ
04 火	ご飯 デコボン チキンカツ 春雨と卵のソテー 味噌汁(さつまいも・青菜)	米、食パン(10 枚切) 36g、さ つまいも、パン 粉、はるさめ、 油、小麦粉	牛乳、鶏肉(さ さ身)、卵、豚 肉(ひき肉)、米 みそ(淡色辛み そ)	デコボン、ほ うれんそう、 たまねぎ、に んじん、ね ぎ、こまつな ぎ	中濃ソース、 ケチャップ、 しょうゆ、カ レールウ、米 酢、食塩、コ ンソメ	牛乳 焼きカレーパン 牛乳	エネルギー 689 kcal たんぱく質 29.0 g 脂 質 21.3 g カルシウム 286 mg	スイートポテト
05 水	あんかけ焼きそば 青菜と人参の醤油サラダ スティックチーズ バナナ	焼そばめん、小 麦粉、砂糖、パ ター、油、片栗 粉、ごま油	牛乳、豚肉(も も)、卵、チー ズ、かまぼこ、 えび(むき身)、 ツナ(油漬缶)	ほうれんそ う、バナナ、 パイナップル (缶)、キャベ ツ、たまねぎ	しょうゆ、米 酢、食塩	牛乳 パインのカップケーキ 牛乳	エネルギー 666 kcal たんぱく質 25.9 g 脂 質 27.5 g カルシウム 356 mg	ブチ肉まん
06 木	チーズロールパン みかん ポークシチュー カニサラダ 牛乳	チーズロールパ ン、じゃがい も、干しとうめ ん、油、砂糖	牛乳、豚肉(も も)、かまぼ こ、かに(ズワ イ・水煮缶)	たまねぎ、み かん 60g、 キャベツ、に んじん、きゅ うり、ねぎ	麦茶(抽出液)、 しょうゆ、米 酢、本みり ん、食塩、こ しょう	牛乳 にゅうめん 麦茶	エネルギー 591 kcal たんぱく質 28.8 g 脂 質 25.2 g カルシウム 298 mg	スティックナゲット
07 金	えびと卵のチリソース風丼 鶏肉とキャベツのパンパンジー スープ(もやし・ハム・葱) いちご	米、ペンネ、砂 糖、ごま/すり (白)、片栗 粉、オリーブ 油、油	えび(むき身)、 生クリーム、 卵、鶏肉(ささ 身)、ペーコ ン、ハム	いちご、キャ ベツ、ねぎ、 たまねぎ、も やし、しめ じ、エリン ギ、にんじん	麦茶(抽出液)、 ケチャップ、 米酢、しょう ゆ、コンソ メ、食塩、パ セリ粉	牛乳 クリームペンネ 麦茶	エネルギー 576 kcal たんぱく質 24.2 g 脂 質 23.3 g カルシウム 229 mg	スイートパンプキン
08 土	ミートソーススパゲティー フレンチサラダ スープ(玉葱・わかめ) バナナ	スパゲティー、 ホットケーキ 粉、油、メー プルシロップ、小 麦粉	牛乳、豚肉(ひ き肉)、卵、 チーズ(粉チー ズ)	たまねぎ、 キャベツ、パ ナナ、にんじ ん、トマト ピューレ、 きゅうり	ケチャップ、 ウスターソー ス、米酢、食 塩、しょう ゆ、コンソ メ、こしょう	牛乳 ホットケーキ 牛乳	エネルギー 654 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 27.1 g カルシウム 342 mg	焼きおにぎり
10 月	ご飯 みかん ♪さばの煮付け 五目きんぴら 味噌汁(豆腐・なめこ)	米、さつまい も、砂糖、油、 バター、ごま油	さば(40g)、ど うふ(木綿豆 腐)、カルピス (5倍希釈)、ち くわ、米みそ	みかん 60g、 ごぼう、なめ こ、にんじ ん、糸こんに ゃく、さや いんげん	しょうゆ、本 みりん	牛乳 さつまいパイ カルピス	エネルギー 618 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 24.3 g カルシウム 196 mg	ブチ肉まん
12 水	バターロールパン いちご ポトフ ミモザサラダ 牛乳	じゃがいも、バ ターロールパ ン、マヨネー ズ、粉糖	牛乳、豚肉(も も)、ヨーグル ト(無糖)、卵	いちご、たま ねぎ、キャベ ツ、にんじ ん、パイナッ プル(缶)、パ ナナ	麦茶(抽出液)、 食塩、コンソ メ、パセリ 粉、こしょう	牛乳 フルーツヨーグルトがけ 麦茶	エネルギー 526 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 22.9 g カルシウム 316 mg	焼きおにぎり
13 木	チンジャオ丼 パンサンサー スープ(ハム・白菜・わかめ) バナナ	米、ホットドッ グパン 35 g、はるさめ、 バター、砂糖、 油、片栗粉	牛乳、豚肉 (ロース)、ウイ ンナー、ハム	バナナ、ビー マン、はくさい 、キャベ ツ、もやし、 きゅうり、に んじん	ケチャップ、 しょうゆ、米 酢、コンソ メ、食塩、オ イスターソー ス	牛乳 ♪ホットドッグ 牛乳	エネルギー 600 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 23.7 g カルシウム 273 mg	スティックナゲット
14 金	カレーうどん おでん風煮物 スティックチーズ デコボン	ゆでうどん、小 麦粉、バター、 片栗粉、グラ ニュー糖、粉 糖、油、砂糖	牛乳、豚肉(も も)、ちくわ、 うすら卵(氷 煮)、チーズ	デコボン、た まねぎ、板こ んにゃく、だ いこん、にん じん、ほうれ んそう、ねぎ	だし汁(かつ お・昆布)、 しょうゆ、本 みりん、カ レー粉、食塩	牛乳 スノーボールクッキー 牛乳	エネルギー 575 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 25.4 g カルシウム 363 mg	ブチ肉まん
15 土	焼き鳥丼 青菜もやし人参のごま和え スープ(キャベツ・人参) みかん	米、砂糖、ごま /すり(白)、 油、片栗粉、バ ター	牛乳、鶏肉(小 間切れ)	みかん 60g、 ほうれんそ う、たまね ぎ、キャベ ツ、もやし、 にんじん	しょうゆ、本 みりん、食 塩、コンソ メ、パセリ 粉、こしょう	牛乳 ポップコーン 牛乳	エネルギー 427 kcal たんぱく質 25.7 g 脂 質 13.8 g カルシウム 276 mg	チーズドッグ
17 月	ご飯 デコボン ♪きのこの煮込みハンバーグ 野菜と鶏肉の中華和え 味噌汁(じゃが芋・わかめ)	米、じゃがい も、砂糖、小麦 粉、油、パン粉 (生)、ごま油	牛乳、豚肉(ひ き肉)、卵、鶏 肉(ささ身)、米 みそ(淡色辛み そ)	デコボン、た まねぎ、パ ナナ、キャベ ツ、カット マト(缶)、きゅ うり	酢、ケチャッ プ、しょう ゆ、中濃ソー ス、食塩、ナ ツメグ、こ しょう	牛乳 バナナマフィン 牛乳	エネルギー 704 kcal たんぱく質 29.2 g 脂 質 28.7 g カルシウム 290 mg	スイートパンプキン
18 火	卵ロールサンド いちご タンドリーチキン ツナの醤油サラダ スープ (かぶ・かぶの葉・ベーコン・人参)	バターロールパ ン、米、もち 米、マヨネー ズ、油、パ ター、砂糖	鶏肉(もも)、 卵、ヨーグル ト(無糖)、ツナ(油 漬缶)、豚肉(ひ き肉)、ペーコ ン	いちご、キャ ベツ、かぶ、 にんじん、 きゅうり、た けのこ	麦茶(抽出液)、 しょうゆ、食 塩、酒、カ レー粉、パセ リ粉	牛乳 中華風おこわ 麦茶	エネルギー 625 kcal たんぱく質 27.3 g 脂 質 32.1 g カルシウム 202 mg	焼きおにぎり
19 水	ガバオ丼 わかめとコーンのサラダ スープ(鶏肉・えのき茸・ねぎ) みかん	米、食パン(6 枚切) 60g、ミ ロ(麦芽飲料)、 油、バター、砂 糖、ごま油	牛乳、鶏肉(ひ き肉)、鶏肉(小 間切れ)、ウイ ンナー、チー ズ(ピザ用)	みかん 60g、 たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり、赤 ピーマン、黄 ピーマン	しょうゆ、ケ チャップ、オ イスターソー ス、米酢、コ ンソメ、本み りん	牛乳 ♪ピザトースト ミロ	エネルギー 646 kcal たんぱく質 30.2 g 脂 質 27.8 g カルシウム 460 mg	チーズドッグ

日 曜	献立名	材料名(給食・午後おやつ)				午前おやつ	栄養価	補食 (18:30~)
		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	調味料	午後おやつ		
20 木	みそラーメン れんこんサラダ スティックチーズ バナナ	中華めん(生)、小麦粉、黒砂糖、マヨネーズ、甘納豆(あずき)、油、砂糖	牛乳、豚肉(ひき肉)、ツナ(油漬缶)、なると、チーズ、米みそ	バナナ、れんこん、もやし、ほうれんそう、ホールコーン(缶)	しょうゆ、酒、食塩、こしょう	牛乳 黒糖蒸しパン 牛乳	エネルギー 672 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 28.8 g カルシウム 389 mg	スイートポテト
21 金	チキンピラフ えびフライ ブロッコリーとツナのさっぱりサラダ スープ(ハム・キャベツ・人参)	プリン、米、じゃがいも、パン粉、油、小麦粉	牛乳、えび(ブラックタイガー)、鶏肉(小間切れ)、ホイップクリーム	デコボン、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、にんじん、みかん(缶)	めんつゆ(3倍濃縮)、中濃ソース、米酢、食塩、コンソメ、パセリ粉	牛乳 プリンアラモード 牛乳	エネルギー 644 kcal たんぱく質 30.1 g 脂質 27.1 g カルシウム 350 mg	プチ肉まん
22 土	インディアンスパゲティ キャベツとちくわの味噌マヨネーズ スープ(ピーマン・えのき茸) バナナ	米、スパゲティ、マヨネーズ、油	豚肉(もも)、ちくわ、チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、チーズ(粉チーズ)	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきだけ、ピーマン	麦茶(抽出液)、酒、しょうゆ、コンソメ、食塩、カレー粉、こしょう	わかめ入りチーズ茶飯 麦茶	エネルギー 441 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 11.6 g カルシウム 94 mg	スティックナゲット
25 火	ジャム&バターサンド(りんご) ハムピカタ マカロニサラダ スープ(豚肉・キャベツ)	食パン(8枚切)45g、米、マヨネーズ、マカロニ、バター、小麦粉、砂糖	卵、ハム、豚肉(もも)、油揚げ、するめ、ハム(細切り)、チーズ	デコボン、にんじん、きゅうり、キャベツ、たけのこ(水煮)	麦茶(抽出液)、しょうゆ、食塩、酒、コンソメ、パセリ粉	牛乳 たけのこおにぎり 麦茶 幼児：するめ 乳児：小魚	エネルギー 603 kcal たんぱく質 28.0 g 脂質 24.2 g カルシウム 190 mg	チーズドッグ
26 水	♪納豆ご飯 ピーマンの肉づめ 人参しりしり すまし汁(かまぼこ・みつば)	さつまいも、米、砂糖、油、パン粉(生)、小麦粉、ごま(白/黒)	牛乳、豚肉(ひき肉)、なっとう、卵、かまぼこ、チーズ	いちご、にんじん、ホールコーン(缶)、たまねぎ、もやし、ピーマン	めんつゆ(3倍濃縮)、しょうゆ、ケチャップ、食塩、酢、こしょう、ナツメグ	牛乳 大学芋 牛乳	エネルギー 654 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 27.6 g カルシウム 351 mg	プチ肉まん
27 木	小江戸カレー セロリと鶏肉のごま味噌和え 豆苗入り卵スープ みかん	米、さつまいも、小麦粉、砂糖、油、片栗粉、ごま(すり白)	牛乳、豚肉(もも)、卵、鶏肉(ささ身)、豚肉(ひき肉)、米みそ(淡色辛みそ)	みかん 60g、たまねぎ、にんじん、セロリ、きゅうり、トウモロコシ	カレールウ、しょうゆ、酒、米酢、食塩、コンソメ	牛乳 ♪手作り肉まん 牛乳	エネルギー 737 kcal たんぱく質 27.6 g 脂質 24.3 g カルシウム 382 mg	スイートポテト
28 金	★鮭ときのこのスパゲッティ じゃがいもの千切りサラダ 白菜のクリームスープ バナナ	スパゲティ、じゃがいも、コーンフレーク、マッシュマロ、バター	牛乳、さけ(塩)、ベーコン、ハム(細切り)	バナナ、はくさい、きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ、えのきだけ	しょうゆ、米酢、コンソメ、食塩、こしょう	牛乳 マッシュマロフレーク 牛乳	エネルギー 603 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 29.3 g カルシウム 285 mg	焼きおにぎり

- 0.1.2歳のみ午前のおやつに牛乳がつけます。
- 21日は誕生会です。
- ♪印はきりんぐみのリクエストメニューになります。
- ★印は新しいメニューです。
- 都合により一部変更する場合があります。

