

令和6年

2月献立表

友田保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 木	ごはん 白身魚の西京焼き(たら) 豚肉と里芋の韓国風 はんぺんのすまし汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／さいとも／調合油／ごま油／白ごま(いり)／プレミックス粉(約4ヶ用)	牛乳／まだら／みそ(淡色辛みそ)／豚ばら(脂身付)／はんぺん／ながこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／卵／ウイニー	ねぎ／にんにく(りん茎)／さやいんげん／糸みつば／バナナ	アメリカンドッグ 牛乳		17 土	マーボーなす丼 きゃべつのごま和え(ハ) じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／かたくり粉／白ごま(いり)／じゃがいも	牛乳／豚ひき肉／みみそ(淡色辛みそ)／ローズハム／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)	なす／にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／キャベツ／バナナ	プリン 牛乳	
2 金	おにライス おにの金棒 白菜のおか和え いわしのつみれ汁 みかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／蒸し中華めん／きびざとう／かたくり粉／薄力粉	鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／みみそ(淡色辛みそ)／干ひじき(57g/1袋、乾)／かつお加工品(削り節)／まいわし／卵／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／牛乳／きな粉(大豆)	野菜ジュース／玉葱／にんじん／ごぼう／ほうれんそう／はくさい／ねぎ／だいこん	きな粉蒸しパン 牛乳		19 月	ごはん 鶏の黄金焼き 根菜の炒め煮 しめじとわかめの味噌汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／きびざとう／プレミックス粉(約4ヶ用)／有塩バター／上白糖	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／卵／さつま揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	にんじん／れんこん／ごぼう／さやいんげん／ほんしめじ／ねぎ／いよかん／マーマレード(低糖度)	オレンジケーキ 牛乳	
3 土	マーボーなす丼 きゃべつのごま和え(ハ) じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／かたくり粉／白ごま(いり)／じゃがいも	牛乳／豚ひき肉／みみそ(淡色辛みそ)／ローズハム／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)	なす／にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／キャベツ／バナナ	プリン 牛乳		20 火	コッペパン ハンバーグ 大根の醤油フレンチ あさりのチャウダー いちご	コッペパン／パン粉(乾燥)／きびざとう／調合油／じゃがいも／有塩バター／薄力粉／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)	牛乳／豚ひき肉／卵／しらす干し(微乾燥品)／ベーコン／あさり(缶詰、水煮)／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)	玉葱／だいこん／にんじん／みずな／とうもろこし缶詰(約4)／パセリ／いちご／ごぼう／しょうが	とりごぼうむすび 牛乳	
5 月	ごはん 鶏の黄金焼き 根菜の炒め煮 しめじとわかめの味噌汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／きびざとう／プレミックス粉(約4ヶ用)／有塩バター／上白糖	豆乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／卵／さつま揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	にんじん／れんこん／ごぼう／さやいんげん／ほんしめじ／ねぎ／いよかん／マーマレード(低糖度)	オレンジケーキ 牛乳		21 水	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草のごま和え けんちん汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／かたくり粉／調合油／きびざとう／白ごま(いり)／白ごま(すり)／ごま油／パイ皮／グラニュー糖／黒ごま(いり)	しらすさけ／みみそ(淡色辛みそ)／木綿豆腐／なごこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／卵／牛乳	野菜ジュース／キャベツ／にんじん／りょくとうもやし／ほんしめじ／ほうれんそう／だいこん／ごぼう／ねぎ／バナナ	ごまスティックパイ 牛乳	
6 火	ハンバーガー フライドポテト ブロッコリーとハムのサラダ コンソメスープ いちご	ロールパン／パン粉(乾燥)／じゃがいも／調合油／マヨネーズ(全卵型)／有塩バター／ポップコーン	牛乳／豚ひき肉／卵／ローズハム／ヨーグルト(ドリンクタイプ)	キャベツ／玉葱／ブロッコリー／にんじん／とうもろこし缶詰(約4)／パセリ／いちご	ポップコーン ジョア		22 木	コーンピラフ 白菜とりんごのサラダ きゃべつと鶏肉のスープ バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／マヨネーズ(全卵型)／ロールパン	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ホイップクリーム(植物性脂肪)	玉葱／にんじん／マッシュルーム(水煮缶詰)／とうもろこし缶詰(約4)／はくさい／きゅうり／りんご／キャベツ／バナナ／温州蜜柑缶詰(果肉)	もこもこクリームパン 牛乳	
7 水	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草のごま和え けんちん汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／きびざとう／白ごま(いり)／白ごま(すり)／ごま油／パイ皮／グラニュー糖／黒ごま(いり)	しらすさけ／みみそ(淡色辛みそ)／木綿豆腐／なごこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／卵／牛乳	野菜ジュース／キャベツ／にんじん／りょくとうもやし／ほんしめじ／ほうれんそう／だいこん／ごぼう／ねぎ／バナナ	ごまスティックパイ 牛乳		24 土	ツナとジャムのサンド きゃべつとコーンのサラダ マカロニスープ バナナ	食パン／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／マカロニ／ハードビスケット	牛乳／まぐろ缶詰(油漬ルーライト)／豚ひき肉	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／きゅうり／にんじん／とうもろこし缶詰(約4)／玉葱／バナナ	パバロアストロベリー ビスコ 牛乳	
8 木	コーンピラフ 白菜とりんごのサラダ きゃべつと鶏肉のスープ バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／有塩バター／調合油／マヨネーズ(全卵型)／ロールパン	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ホイップクリーム(植物性脂肪)	玉葱／にんじん／マッシュルーム(水煮缶詰)／とうもろこし缶詰(約4)／はくさい／きゅうり／りんご／キャベツ／バナナ／温州蜜柑缶詰(果肉)	もこもこクリームパン 牛乳		26 月	豆入りカレー ひじきサラダ 春雨とわかめのスープ りんご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／マヨネーズ(全卵型)／練豆腐(はるまき)／白ごま(いり)／さつまいも／白玉粉／米粉／黒ごま(いり)／グラニュー糖	豚モモ(脂身付き)／大豆(国産、ゆで)／ローズハム／卵／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／牛乳	野菜ジュース／にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／にんじん／大根(福神漬)／グリーンピース(冷凍)／きゅうり／ねぎ／りんご	もちもちおやつドーナッツ 牛乳	
9 金	ゆかりごはん はんぺんのチーズサンド 蒸し鶏の中華和え 水菜と油揚げの味噌汁 みかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／パン粉(生)／調合油／きびざとう／ごま油／すいとん粉	はんぺん／プロセスチーズ／卵／鶏若鶏肉さ身／油揚げ／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／鶏成鶏肉モモ(皮なし)／牛乳	野菜ジュース／きゅうり／にんじん／りょくとうもやし／みずな／はくさい／ねぎ	洋風すいとん 牛乳		27 火	ごはん 鶏の塩麹唐揚げ フライドポテト ポイルブロッコリー 玉ねぎとわかめの味噌汁 みかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／塩麹／かたくり粉／薄力粉／調合油／じゃがいも／焼きふ(板ふ)	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	ブロッコリー／玉葱	マスカットゼリー ウエハース 牛乳	
10 土	ツナとジャムのサンド きゃべつとコーンのサラダ マカロニスープ バナナ	食パン／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／マカロニ／ハードビスケット	牛乳／まぐろ缶詰(油漬ルーライト)／豚ひき肉	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／きゅうり／にんじん／とうもろこし缶詰(約4)／玉葱／バナナ	パバロアストロベリー ビスコ 牛乳		28 水	コッペパン カテージパイ ほうれん草のソテー(コ-) コンソメスープ バナナ	コッペパン／じゃがいも／有塩バター／調合油／薄力粉／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)	牛乳／豚ひき肉／卵／ベーコン／鶏成鶏肉さ身／かつお加工品(かつお節)	野菜ジュース／玉葱／にんじん／トマト缶詰(ホール)／ほうれん草／とうもろこし缶詰(約4)／キャベツ／バナナ／ごぼう／かぶ	鶏ささ身と野菜の雑炊 牛乳	
13 火	コッペパン カテージパイ ほうれん草のソテー(コ-) コンソメスープ バナナ	コッペパン／じゃがいも／有塩バター／調合油／薄力粉／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)	牛乳／豚ひき肉／卵／ベーコン／鶏成鶏肉さ身／かつお加工品(かつお節)	野菜ジュース／玉葱／にんじん／トマト缶詰(ホール)／ほうれん草／とうもろこし缶詰(約4)／キャベツ／バナナ／ごぼう／かぶ	鶏ささ身と野菜の雑炊 牛乳		29 木	ごはん ぶりの照り焼き 刻み昆布の煮つけ さつま汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／さつまいも／コッペパン	牛乳／ぶり／刻み昆布／油揚げ／豚中型種モモ(脂身付き)／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵	にんじん／だいこん／ごぼう／ねぎ	きなこ揚げパン 牛乳	
14 水	ごはん ぶりの照り焼き 刻み昆布の煮つけ さつま汁 みかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／さつまいも／薄力粉／有塩バター／上白糖／ミルクチョコレート	牛乳／ぶり／刻み昆布／油揚げ／豚中型種モモ(脂身付き)／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／卵	にんじん／だいこん／ごぼう／ねぎ	チョコレートケーキ 牛乳		2月 2日(金) 節分 5日(月) お店屋さんごっこ 6日(火) お店屋さんごっこ 21日(水) お別れ遠足						
15 木	鶏あんかけうどん ツナ入り厚焼き卵 バナナ	うどん(ゆで)／かたくり粉／調合油／きびざとう／水稲穀粒(精白米)／ごま油	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／まぐろ缶詰(油漬ルーライト)／木綿豆腐／卵／豚モモ(脂身付き)	しょうが／にんじん／玉葱／ねぎ／ほうれんそう／こねぎ／バナナ／たけのこ(ゆで)／干し椎茸／グリーンピース(冷凍)	中華おこわ 牛乳		月平均栄養価 3歳以上児 エネルギー 561Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 19.6g 食塩相当量 2.1g 3歳未満児 エネルギー 487Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 17.4g 食塩相当量 1.7g ※材料の都合により、献立が変更になることがあります。						
16 金	ちりめんごはん 大根と豚肉の煮物 もやしときゅうりの和え物 白菜の味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／コッペパン／調合油	豆乳／しらす干し(半乾燥品)／油揚げ／豚中型種モモ(脂身付き)／かに風味かまぼこ／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／きな粉(大豆)／牛乳	にんじん／だいこん／さやいんげん／りょくとうもやし／きゅうり／はくさい／えのきたけ／こねぎ／バナナ	きなこ揚げパン 牛乳								

2月 2日(金) 節分  
5日(月) お店屋さんごっこ  
6日(火) お店屋さんごっこ  
21日(水) お別れ遠足



月平均栄養価 3歳以上児 エネルギー 561Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 19.6g 食塩相当量 2.1g  
3歳未満児 エネルギー 487Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 17.4g 食塩相当量 1.7g

※材料の都合により、献立が変更になることがあります。