令和7年度　2月　献立表

認定こども園長畑幼稚園

日 曜日	献 立 名	主な材料 血や骨になる（赤）	熱や力になる（黄）	体の調子を整える（緑）	栄養価	おやつ
2 （月）	～誕生会メニュー～ わかめごはん　えびフライ　シルバーサラダ ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｸﾚｰﾌﾟ　すまし汁(はんぺん･わかめ）麦茶	えび　卵　はんぺん　ハム	米　除去マヨネーズ 春雨　油	人参　しめじ　コーン きゅうり　わかめ　三つ葉	441kcal	豆乳ドーナツ
3 （火）	～節分メニュー～ ごはん　いわしのみそ煮　ほうれん草ともやしのごま和え オレンジ　福豆ボーロ（※ひよこ→ゼリー） みそ汁(高野豆腐･小松菜）麦茶	さんま　ウインナー 味噌　高野豆腐	米　砂糖　有塩バター　油	オレンジ　ほうれん草 もやし　玉ねぎ　小松菜 赤パプリカ　コーン　ごま	402kcal	ピラフ
4 （水）	豚丼　キャベツドレッシング和え　バナナ　牛乳	牛乳　豚肉　ツナ	米　和風ドレッシング 砂糖	玉ねぎ　バナナ　キャベツ しらたき　人参　きゅうり コーン　万能ねぎ 生姜　にんにく	454kcal	バウムクーヘン
5 （木）	～すみれ2組リクエストメニュー～ チーズバーガー　ミニオンポテト　ブロッコリーツナマヨ エクレア(※あひる･ひよこ→クレープ）牛乳	牛乳　ツナ	コッペパン　米　じゃがいも 油　除去マヨネーズ	ブロッコリー　人参　のり	478kcal	いりこ菜飯おにぎり
6 （金）	ごはん　マーボー豆腐　ほうれん草のナムル いちご　牛乳	牛乳　豆腐　豚肉　味噌	米　片栗粉　砂糖　ごま油	いちご　もやし　ほうれん草 玉ねぎ　人参　にら ごま　生姜	374kcal	ぶどうゼリー
9 （月）	ごはん　焼きつくね　白菜のおかか和え 厚焼き卵　みそ汁(豆腐･なめこ）麦茶	牛乳　鶏肉　卵	米　油	白菜　ほうれん草 人参　わかめ	349kcal	フルーチェ
10 （火）	チキンカレーライス　海藻サラダ　オレンジ　牛乳	牛乳　鶏肉　ちくわ	米　じゃがいも　砂糖 油　片栗粉	オレンジ　玉ねぎ　人参 きゅうり　トマト　グリンピース わかめ　海藻ミックス　ごま	420kcal	たい焼き
11 （水）	**建国記念の日**					
12 （木）	二色丼　マカロニサラダ　りんご　牛乳	牛乳　鶏肉　卵	米　マカロニ 除去マヨネーズ　砂糖　油	りんご　人参　コーン きゅうり　絹さや　生姜	418kcal	オレンジデニッシュ
13 （金）	～すみれ1組リクエストメニュー～ ナポリタン　胚芽ロール　ブロッコリーとれんこんのサラダ チョコチップアイスクリーム(※あひる･ひよこ→ゼリー） 麦茶	アイスクリーム　ウインナー　ツナ	胚芽ロール　米 スパゲティ 除去マヨネーズ 砂糖　油	ブロッコリー　玉ねぎ れんこん　トマト　ピーマン コーン　塩昆布　のり	415kcal	ツナ昆布おにぎり
16 （月）	ごはん　さばのみりん焼き　じゃがいものそぼろ煮 みかん缶　みそ汁（豆腐･小松菜）麦茶	さば　鶏肉　ちくわ　味噌　豆腐	米　じゃがいも 砂糖　油　片栗粉	みかん　玉ねぎ 小松菜　人参　絹さや	353kcal	りんごゼリー
17 （火）	ごはん　たまごふりかけ　春巻き　にらもやしソテー バナナ　牛乳	牛乳　豚肉　卵　ベーコン	米　コッペパン 春巻きの皮 除去マヨネーズ　油 片栗粉　ごま油	もやし　バナナ　にら 人参　たけのこ	395kcal	卵サンド
18 （水）	ごはん　豚肉の生姜焼き　キャベツのツナマヨネーズ オレンジ　牛乳	牛乳　豚肉　ツナ	米　除去マヨネーズ 砂糖　油	オレンジ　玉ねぎ　キャベツ きゅうり　ピーマン　人参 生姜	451kcal	どら焼き
19 （木）	～アレルギーなしメニュー～ ごはん　鮭のちゃんちゃん焼き　小松菜の納豆和え りんご　麦茶	鮭　納豆　味噌	米　砂糖　油　ごま油	りんご　小松菜　キャベツ 玉ねぎ　たくあん　人参 しめじ　ごま	315kcal	クリームパン
20 （金）	～すみれ3組リクエストメニュー～ 醤油ラーメン　肉野菜炒め　春雨サラダ バニラアイスクリーム(※あひる･ひよこ→ゼリー）麦茶	アイスクリーム　豚肉 ハム　かつお節	中華麺　米　春雨 砂糖　ごま油	キャベツ　人参　玉ねぎ コーン　きゅうり　しめじ わかめ　のり	336kcal	おかかおにぎり
23 （月）	**天皇誕生日**					
24 （火）	ごはん　ハンバーグデミグラスソース アスパラベーコンソテー　ヨーグルト和え　麦茶	ヨーグルト　ベーコン	米　ホットケーキ粉 無塩バター　砂糖　油	アスパラガス　玉ねぎ　桃 マッシュルーム　みかん パイナップル　人参　コーン	346kcal	マドレーヌ
25 （水）	ごはん　ホッケの塩こうじ焼き　ひじきと大豆の炒り煮 オレンジ　道産子汁　麦茶	ホッケ　豚肉　さつま揚げ 大豆　味噌	米　じゃがいも　油 砂糖　有塩バター	オレンジ　人参　もやし　ねぎ コーン　絹さや　ひじき わかめ	357kcal	クリームコンフェ
26 （木）	黒糖ロール　チリコンカン　かぼちゃサラダ バナナ　牛乳	牛乳　豚肉　大豆 油揚げ　ハム　ベーコン	黒糖ロール　じゃがいも 米　除去マヨネーズ 油　砂糖	バナナ　玉ねぎ　かぼちゃ トマト　人参　マッシュルーム きゅうり　トマト　にんにく	422kcal	きつねおにぎり
27 （金）	ごはん　手作りふりかけ　ササミフライ 豆菜サラダ　みかん缶　りんごジュース　麦茶	ヨーグルト　鶏肉　大豆　ツナ ちりめんじゃこ　かつお節	米　油　ごま油　砂糖	みかん　小松菜 葉大根　人参　ごま	330kcal	ヨーグルト

※仕入れの都合により献立に内容が変更になることがあります。
※アレルギーのあるお子さんは事前にお知らせ下さい。
※（　　）表示、※表示はアレルギー食対応です。
※おやつには麦茶がつきます。

＜昼食　平均栄養量＞

	平均	目標量
エネルギー	392kcal	395kcal
たんぱく質	15.1g	15.8g
脂質	12.6g	11.0g
塩分	1.4g	1.3g

※3歳未満児は数値の80％の栄養量になります。