



2月 予定献立表

2025年



日	曜日	献立名			午後おやつ (乳・幼児)	材料と体内での働き		
		主食	副食	完了食 変更		熱ゆ力になる食品(黄)	血・肉・骨になる食品(赤)	体調を整える食品(緑)
1	土	ごはん	みそ汁 さわらのなめ茸あん 和風サラダ		米粉のタルト みかん 牛乳	米 砂糖 米粉のタルト	牛乳 みそ さわら	玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり なめ茸 だいこん みかん
3	月	ごはん	大豆入り節分スープ 鬼の子ミートローフ ブロッコリーのサラダ		こん棒パン <small>いむしおかし(乳児 せんべい)</small> 牛乳	米 食パン パン粉 砂糖 グラニュー糖 里芋 片栗粉 マーガリン <small>いむしおかし(乳児 せんべい)</small>	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 水煮大豆 きな粉 豆乳	玉ねぎ にんじん 小ねぎ きゅうり だいこん ブロッコリー いんげん
4	火	食パン	野菜スープ マカロニグラタン ひじき入りフレンチサラダ		クラッシュゼリー クラッカー 牛乳	食パン 砂糖 ゼリー クラッカー パン粉 マカロニ 小麦粉 バター	牛乳 ツナ ハム 粉チーズ	玉ねぎ 白菜 にんじん キャベツ きゅうり もやし マッシュルーム ひじき パセリ粉
5	水	ごはん	みそ汁 鶏肉の香味焼き チンゲン菜とコーンのさっぱり和え		五目うどん <small>(幼児 かみかみごはんS)</small> 牛乳	米 砂糖 うどん 麩	牛乳 みそ 鶏肉 なた	玉ねぎ チンゲン菜 にんじん 長ねぎ 小ねぎ たら コーン きゅうり 白菜 <small>(幼児 かみかみごはんS)</small>
6	木	マボちゃん丼	わかめスープ 小松菜のおかか和え バナナ		かぼちゃクッキー 牛乳	米 砂糖 油 大豆バター 小麦粉 グラニュー糖 片栗粉 ごま油 ごま 米粉	牛乳 みそ 豚ひき肉 豆腐 かつお節 豆乳	にんじん わかめ 小松菜 かぼちゃ しいたけ 小ねぎ 長ねぎ ピーマン にんにく バナナ
7	金	ミートソース スパゲティ	ジュリアンスープ カレイのポテトフレーク焼き 白菜のミックスサラダ		ケーキ(オレンジ) 牛乳	スパゲティ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 片栗粉 ケーキ 砂糖	牛乳 豚ひき肉 カレイ ハム	玉ねぎ 白菜 にんじん ピーマン レタス きゅうり えのき草 パセリ粉 オレンジ
8	土	ごはん	すまし汁 豚肉のねぎみそ焼き キャベツときゅうりの浅漬け		豆花クッキー グレープフルーツ 牛乳	米 砂糖 油 豆花クッキー	牛乳 みそ 豚肉	にんじん だいこん キャベツ エリンギ 長ねぎ きゅうり 小ねぎ グレープフルーツ
10	月	わかめごはん	すまし汁 鶏肉のから揚げ 切り干し大根の煮物	→鶏肉の煮物	みそ田楽(里芋) 牛乳	米 砂糖 里芋 片栗粉 油	牛乳 みそ 鶏肉	にんじん 小ねぎ わかめ 切り干し大根 にんにく 生姜 いんげん キャベツ
12	水	ごはん	なめこ汁 かじきのみぞれ煮 野菜炒め		みかんサンド 牛乳	米 食パン 砂糖 油 生クリーム 片栗粉	牛乳 みそ 豆腐 かじき	玉ねぎ にんじん キャベツ もやし なめこ 大根 ピーマン みかん缶
13	木	ジャージャー麺	中華スープ ほうれん草ともやしのナムル バナナ		鶏ごぼろごはん <small>(幼児 かみかみごはんS)</small> 麦茶	米 中華麺 砂糖 ごま ごま油 片栗粉	みそ 豚ひき肉 鶏肉	にんじん もやし ごぼう えのき草 ほうれん草 長ねぎ にんにく 生姜 <small>いんげん 豆油 卵黄 バナナ 鶏肉(幼児かみかみ)</small>
14	金	ごはん	みそ汁 豆腐入りハンバーグ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ		ハートパイ ジョア	米 砂糖 片栗粉 パン粉 ノンエッグマヨネーズ パイシート あんこ グラニュー糖	ジョア みそ 豆乳 豆腐 鶏ひき肉	玉ねぎ もやし 生姜 キャベツ しめじ きゅうり ブロッコリー カリフラワー
17	月	ごはん	けんちん汁 鮭のちゃんちゃん焼き ひじきの煮物		マヨコーントースト 牛乳	米 砂糖 食パン 大豆バター ノンエッグマヨネーズ	牛乳 みそ 鮭 豆腐 水煮大豆 さつま揚げ チーズ	玉ねぎ にんじん 長ねぎ ピーマン ごぼう キャベツ ひじき だいこん もやし コーン いんげん
18	火	ほうとう風うどん	豆腐のナゲット もやしとしらすの和え物 グレープフルーツ	→豆腐の煮物	マドレーヌ 牛乳	うどん 砂糖 油 ホットケーキミックス 大豆バター 豆乳ホイップ	牛乳 みそ 豆腐 豆腐のナゲット なたと 油揚げ しらす干し	白菜 にんじん きゅうり 長ねぎ もやし かぼちゃ しいたけ グレープフルーツ レモン汁
19	水	ごはん	みそ汁 肉じゃが 小松菜の納豆和え		バインクッキー 牛乳	米 砂糖 小麦粉 じゃがいも 米粉 大豆バター 麩 グラニュー糖	牛乳 みそ 豚肉 豆乳 納豆	玉ねぎ にんじん 小松菜 キャベツ 長ねぎ グリーンピース バイン缶
20	木	食パン	野菜スープ ツナ入りオムレツ ブロッコリーサラダ		そばめし <small>(幼児 食べる煮干し)</small> 牛乳	米 食パン 中華麺 砂糖 油 豆乳	牛乳 たまご ツナ 豚肉 豆乳 ハム <small>(幼児 食べる煮干し)</small>	玉ねぎ キャベツ にんじん しめじ ブロッコリー だいこん きゅうり パセリ粉 もやし れんこん コーン ピーマン 蕪のり
21	金	ごはん	みそ汁 ほっけのとろろこんぶ焼き チンゲン菜ときゅうりのきのこ和え		かぼちゃのおやき 牛乳	米 砂糖 小麦粉 麩	牛乳 みそ ほっけ	チンゲン菜 きゅうり 長ねぎ キャベツ かぼちゃ えのき草 とろろこんぶ
22	土	ごはん	みそ汁 豚肉と野菜の炒め物 だいこんの和風サラダ		ノンアレルギークレープ バナナ 牛乳	米 砂糖 油 ノンアレルギークレープ	牛乳 みそ 豚肉	玉ねぎ にんじん だいこん 豚肉 長ねぎ 生姜 しいたけ バナナ
25	火	ごはん	みそ汁 肉だんごの甘辛煮 さつまいものサラダ		きな粉のうずまきパイ 牛乳	米 砂糖 パイシート グラニュー糖 ノンエッグマヨネーズ 麩 さつまいも 片栗粉	牛乳 みそ ミートボール きな粉	玉ねぎ わかめ きゅうり キャベツ
26	水	食パン	パンブキンポタージュ オーロラチキン ひじきの五色サラダ		レタスチャーハン <small>(幼児 かみかみごはんS)</small> 麦茶	米 食パン 砂糖 油 ノンエッグマヨネーズ 小麦粉 ごま パンブキンスープの素	牛乳 鶏肉 パ`J 油揚げ	玉ねぎ にんじん かぼちゃ きゅうり レタス 長ねぎ パセリ粉 ひじき もやし <small>(幼児 かみかみごはんS)</small>
27	木	カレー	白菜とチンゲン菜のスープ ブロッコリーとツナのサラダ ジュレゼリー		メロンパン風スコーン 牛乳	米 砂糖 ホットケーキミックス カレールー 大豆バター グラニュー糖 じゃがいも ジュレゼリー	牛乳 豚肉 豆乳 ツナ	玉ねぎ にんじん 白菜 ブロッコリー きゅうり チンゲン菜
28	金	みそラーメン	ささ身入りサラダ みかん		さつまいもの揚げごようざ <small>(乳児 茶巾いも)</small> 牛乳	中華麺 砂糖 さつまいも 餃子の皮 油	牛乳 みそ 鶏ささ身 焼豚 豆乳	キャベツ コーン 長ねぎ ピーマン きゅうり 生姜 にんにく みかん
今月の平均 給与栄養量		乳児1~2歳児	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	475キロカロリー 20.2グラム 15.7グラム 1.5グラム	幼児3~5歳児	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	564キロカロリー 24.2グラム 18.7グラム 1.8グラム	

*仕入れの都合により一部献立が変更になる場合があります。
*昼食時は麦茶がつかます。

星の子第2保育園