



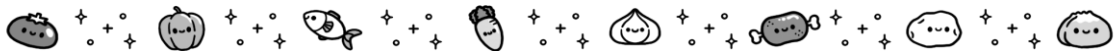
2月献立表

(乳児)

令和5年度

太田和こども園

日 曜	時間帯	献立	主 な 材 料 名			栄養価 (午前おやつ+昼食+午後おやつ)			
			黄	赤	緑	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量
			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	(kcal)	(g)	(g)	(g)
1 木	午前おやつ	牛乳 たべっこベイビー	ビスケット	牛乳		524	18.4	19.6	2.8
	昼食	ご飯 チキンカレー コールスローサラダ ヤクルト	米 じゃがいも 油 砂糖	鶏肉 ツナ ヤクルト	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン				
	午後おやつ	麦茶 アイスホックスッキー	小麦粉 砂糖 バター	卵					
2 金	午前おやつ	牛乳 ベジたべる	野菜スナック	牛乳		494	16.6	17.1	2.2
	昼食	ご飯 みそ汁 生揚げと野菜のそぼろ煮 いそあえ くだもの	米 じゃがいも 砂糖 油 片栗粉	みそ 生揚げ 豚肉	だいこん わかめ たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ ほうれんそう のり いちご				
	午後おやつ	麦茶 レモンケーキ	小麦粉 砂糖 バター	卵	レモン果汁				
3 土	午前おやつ	牛乳 クラッカー	クラッカー	牛乳		262	9.1	10.7	1.1
	昼食	スパゲッティ	スパゲッティ 油	ベーコン チーズ	たまねぎ ピーマン				
	午後おやつ	麦茶 せんべい	せんべい						
5 月	午前おやつ	牛乳 ウエハース	ウエハース	牛乳		509	16.2	21.4	2.2
	昼食	ご飯 みそ汁 オープンオムレツ かぼちゃの甘煮	米 マヨネーズ 油 砂糖	みそ 油揚げ 卵 ウインナー	白菜 たまねぎ キャベツ かぼちゃ 赤ピーマン				
	午後おやつ	麦茶 スコーン	小麦粉 砂糖 バター	牛乳 チーズ					
6 火	午前おやつ	牛乳 せんべい	せんべい	牛乳		396	18.1	10.7	1.2
	昼食	ご飯 にらと卵のスープ 魚のホイル焼き ブロッコリー	米 じゃがいも バター マヨネーズ	卵 鮭	にら たまねぎ にんじん ブロッコリー				
	午後おやつ	麦茶 おにぎり	米 ごま	かつお節					
7 水	午前おやつ	牛乳 たべっこベイビー	ビスケット	牛乳		534	16.8	20.6	2.8
	昼食	パン コーンチャウダー ひじきの炒り煮 ヤクルト	パン じゃがいも 油 砂糖	豚肉 脱脂粉乳 油揚げ ヤクルト	コーン たまねぎ にんじん グリンピース ひじき 干しいたけ				
	午後おやつ	麦茶 スイートポテト	さつまいも 砂糖 バター	牛乳 卵					
8 木	午前おやつ	牛乳 ベジたべる	野菜スナック	牛乳		581	20	20.3	1.8
	昼食	ご飯 すまし汁 豚肉のみそ炒め 中華風サラダ	米 砂糖 片栗粉 油 春雨 ごま	はんぺん 豚肉 みそ ハム 卵	みつば キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり				
	午後おやつ	ジョア レーズンクッキー	小麦粉 砂糖 バター	ジョア 卵	干しぶどう				
9 金	午前おやつ	牛乳 せんべい	せんべい	牛乳		402	20.2	10.9	1.9
	昼食	ご飯 のっぺい汁 タンドリーチキン 切干大根のサラダ	米 里芋 油 こんにやく 片栗粉 ごま油 ごま	かまぼこ 鶏肉 ヨーグルト	大根 しいたけ ごぼう にんじん にんにく しょうが きゅうり 切干大根				
	午後おやつ	麦茶 シュガートースト	パン 砂糖 バター						
10 土	午前おやつ	牛乳 ウエハース	ウエハース	牛乳		261	10.8	5.3	2.1
	昼食	ラーメン	干し中華めん	焼き豚 なると	ほうれんそう ねぎ				
	午後おやつ	麦茶 せんべい	せんべい						
13 火	午前おやつ	牛乳 クラッカー	クラッカー	牛乳		394	20.8	8.3	2
	昼食	ご飯 みそ汁 まぐろの照り焼き 変わりきんぴら	米 砂糖 油 こんにやく ごま	みそ 油揚げ まぐろ さつま揚げ	えのき にんじん ごぼう グリンピース				
	午後おやつ	麦茶 ココアむしパン	小麦粉 砂糖	牛乳					
14 水	午前おやつ	牛乳 たべっこベイビー	ビスケット	牛乳		596	15.6	17.2	2.4
	昼食	ご飯 カレー フルーツサラダ ヤクルト	米 じゃがいも 油	豚肉 ヨーグルト 生クリーム ヤクルト	たまねぎ にんじん パナナ りんご みかん いちご				
	午後おやつ	麦茶 ハッピーまんじゅう	小麦粉 砂糖 油	小豆(乾)					



日 曜	時間帯	献立	主 な 材 料 名			栄養価 (午前おやつ+昼食+午後おやつ)			
			黄	赤	緑	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量
			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	(kcal)	(g)	(g)	(g)
15 木	午前おやつ	牛乳 ベジたべる	野菜スナック	牛乳		363	13.1	12.4	1.6
	昼食	ご飯 すまし汁 マーボー豆腐 おひたし	米 片栗粉 油 砂糖	なると 豆腐 豚肉 みそ かつお節	ねぎ にんにく しょうが もやし 小松菜				
	午後おやつ	麦茶 ハッシュドポテト	ハッシュドポテト						
16 金	午前おやつ	牛乳 せんべい	せんべい	牛乳		459	15.3	17.1	2
	昼食	ご飯 卵スープ 揚げワントンのくずあんかけ 春雨の酢の物	米 ワントンの皮 油 砂糖 片栗粉 春雨	卵 豚肉	ねぎ しょうが 干しいたけ きゅうり わかめ				
	午後おやつ	麦茶 ピザトースト	パン バター	チーズ ベーコン	たまねぎ ピーマン				
17 土	午前おやつ	牛乳 ウエハース	ウエハース	牛乳		225	9.1	8.2	1
	昼食	焼きそば	ゆで中華めん 油	豚肉	たまねぎ キャベツ にんじん				
	午後おやつ	麦茶 せんべい	せんべい						
19 月	午前おやつ	牛乳 クラッカー	クラッカー	牛乳		462	18.8	13.8	2.2
	昼食	ご飯 白菜スープ かじきの地中海ソテー ブロッコリー くだもの	米 油 片栗粉 小麦粉 バター マヨネーズ	ベーコン かじき	白菜 たまねぎ しょうが にんにく ブロッコリー オレンジ				
	午後おやつ	ヨーグルト ジャムパン	パン バター	ヨーグルト	いちごジャム				
20 火	午前おやつ	牛乳 たべっこベイビー	ビスケット	牛乳		501	13.6	15.9	2.1
	昼食	ご飯 ハヤシチュー 菜の花あえ ヤクルト	米 じゃがいも 油 砂糖	豚肉 卵 ヤクルト	たまねぎ にんじん ほうれん草 キャベツ				
	午後おやつ	麦茶 くずもち	片栗粉 砂糖 黒砂糖	きな粉					
21 水	午前おやつ	牛乳 ウエハース	ウエハース	牛乳		545	20.2	21.3	1.9
	昼食 (お誕生会)	ケチャップご飯 コーンスープ とりの唐揚げ スパゲッティサラダ ミニゼリー	米 バター 片栗粉 油 小麦粉 スパゲッティ マヨネーズ 砂糖 ゼリー	ベーコン 卵 鶏肉 ハム	たまねぎ グリンピース コーン しょうが きゅうり にんじん				
	午後おやつ	ジュース ケーキ	ジュース ケーキ						
22 木	午前おやつ	牛乳 せんべい	せんべい	牛乳		397	15	12.6	2.1
	昼食	ご飯 みそ汁 筑前煮 おひたし	米 こんにゃく 砂糖 油	豆腐 みそ 鶏肉 かつお節	たまねぎ にんじん ごぼう たけのこ いんげん もやし キャベツ 干しいたけ				
	午後おやつ	麦茶 フライドポテト	フライドポテト 油						
24 土	午前おやつ	牛乳 ベジたべる	野菜スナック	牛乳		312	11.2	10	2.9
	昼食	カレーうどん	干しうどん じゃがいも 油 砂糖	豚肉	たまねぎ にんじん				
	午後おやつ	麦茶 せんべい	せんべい						
26 月	午前おやつ	牛乳 クラッカー	クラッカー	牛乳		401	15	11	2
	昼食	ご飯 すまし汁 ごまあえ 凍り豆腐の卵とじ	米 砂糖 油 ごま	なると 卵 豚肉 さつま揚げ 凍り豆腐	みつば たまねぎ にんじん 小松菜 グリンピース				
	午後おやつ	麦茶 かぼちゃむしパン	小麦粉 砂糖	牛乳 チーズ	かぼちゃ				
27 火	午前おやつ	牛乳 たべっこベイビー	ビスケット	牛乳		413	17.9	12.7	2.3
	昼食	ご飯 冬野菜のスープ 鮭の磯辺焼き りんごの酢の物	米 砂糖	卵 ベーコン 鮭	白菜 たまねぎ にんじん チンゲン菜 のり りんご きゅうり わかめ				
	午後おやつ	麦茶 ボンボンドーナツ	小麦粉 砂糖 油	卵 牛乳					
28 水	午後おやつ	牛乳 ベジたべる	野菜スナック	牛乳		520	15.2	21.7	1.5
	昼食	ご飯 キーマカレー キャベツとコーンのソテー ヤクルト	米 じゃがいも 小麦粉 油 砂糖 バター	豚肉 チーズ ヤクルト	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく しょうが キャベツ コーン				
	午後おやつ	麦茶 シュークリーム	小麦粉 砂糖 バター	牛乳 卵 生クリーム					
29 木	午前おやつ	牛乳 せんべい	せんべい	牛乳		-	-	-	-
	昼食	お弁当の日							
	午後おやつ	ジョア お菓子	お菓子	ジョア					

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります

※お弁当の日は29日(木)です

