

令和6年 2月 献立表

3歳以上児

門田報徳保育園

| 日 曜 | 献立名 | | あか | 黄 | みどり | 栄養価 | 食塩相当量 | 行事 |
|------|--|---------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--|--|-------------|---------------|
| | 昼食 | 昼間 | 体をつくる 血や肉になる | 力や体温のもとになる | 体の調子を整える | | | |
| 1 木 | 金平ごぼう 野菜入り玉子焼き 牛乳 グレープフルーツ | 牛乳 ぼたぼた焼き | 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳 | ぶたかた しらたき ごま 車糖 油 米菓 | ごぼう にんじん 乾しいたけ たまねぎ グレープフルーツ | エネルギー: 413kcal タンパク: 13.3g 脂質: 24.7g | 食塩相当量: 1g | |
| 2 金 | 鬼さんカレー コールスローサラダ 牛乳 みかん | 麦茶 クッキー(★) | ぶたひき ウインナー 牛乳 鶏卵 | 油 マヨネーズ 薄力粉 無塩バター 車糖 | たまねぎ にんじん トマト缶 グリンピース キャベツ きゅうり | エネルギー: 436kcal タンパク: 14.4g 脂質: 23g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 3 土 | ソフトフランス(ミルクリッチ) まめまめサラダ 牛乳 りんご | ぶどうジュース サラダせんべい | 焼き竹輪 だいず水煮缶 牛乳 | コッパン ジャム マヨネーズ ごま 米菓 | かぼちゃ にんじん きゅうり りんご | エネルギー: 535kcal タンパク: 15.9g 脂質: 19.7g | 食塩相当量: 1.2g | 豆まき |
| 4 日 | | | | | | | | |
| 5 月 | ハッシュドポーク きゃべつサラダ 牛乳 オレンジ | ドリンクヨーグルト(★) ビスケット | ぶたかたロース 牛乳 ヨーグルト | じゃがいも オリーブ油 乳酸菌飲料 ビスケット | にんじん たまねぎ ぶなしめじ キャベツ きゅうり コーン缶 | エネルギー: 410kcal タンパク: 12.7g 脂質: 19g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 6 火 | カレイのムニエル(オーロラソース) ごま和え 牛乳 パナナ | 牛乳 源氏パイ | まがれい 牛乳 | 無塩バター 薄力粉 マヨネーズ ごま リーフパイ | ほうれんそう にんじん もやし コーン缶 パナナ | エネルギー: 414kcal タンパク: 17.6g 脂質: 20.7g | 食塩相当量: 0.6g | |
| 7 水 | キャラおにぎり 鶏のから揚げ カラフルサラダ 野菜生活 みかん | 麦茶 ホイップ・洋梨サンド (★) | 鶏もも ベにざけ ホイップクリーム | 薄力粉 さつまいも マヨネーズ ごま 水稲穀粒 食パン | にんじん コーン缶 きゅうり うんしゅうみかん わかめ 西洋なし | エネルギー: 551kcal タンパク: 15.8g 脂質: 18.7g | 食塩相当量: 0.8g | お店やさん ごっこ |
| 8 木 | 酢豚 半月卵 白菜汁 りんご | 牛乳 こぎつねごはん(★) | ぶたかた 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳 鶏ひき 油揚げ | じゃがいも 車糖 でん粉 水稲穀粒 | たまねぎ にんじん 青ピーマン 乾しいたけ はくさい りんご | エネルギー: 405kcal タンパク: 15.6g 脂質: 12.5g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 9 金 | 焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 わかめスープ パナナ | 牛乳 ビスコ | 鶏もも 牛乳 | 蒸し中華めん 油 ごま ビスケット | もやし 青ピーマン キャベツ わかめ 乾しいたけ パナナ | エネルギー: 406kcal タンパク: 14.1g 脂質: 18.7g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 10 土 | おにぎり 牛乳 くだもの | **持ち帰り菓子** | まぐろ類缶 牛乳 | 水稲穀粒 マヨネーズ ビスケット 米菓 | バナナ オレンジ | | | 午前保育 |
| 11 日 | | | | | | | | 建国記念 の日 |
| 12 月 | | | | | | | | |
| 13 火 | ホワイトシチュー 竹輪と大根のそぼろ煮 牛乳 みかん | スポン ビスケット | 鶏もも 牛乳 焼き竹輪 鶏ひき | じゃがいも 油 車糖 でん粉 ビスケット | たまねぎ にんじん キャベツ だいこん グリンピース | エネルギー: 406kcal タンパク: 13.6g 脂質: 14.7g | 食塩相当量: 0.7g | |
| 14 水 | 手巻き寿司 キャベツのお浸し 肉団子汁 オレンジ | 麦茶 米粉と豆腐の ブラウニー(★) | 鶏卵 かに風味かまぼこ ぶたひき 鶏ひき 木綿豆腐 クリーム | 水稲穀粒 車糖 マヨネーズ はるさめ じゃがいも 上新粉 油 | きゅうり のり キャベツ はくさい チンゲンサイ いちご パナナ | エネルギー: 549kcal タンパク: 22g 脂質: 19.7g | 食塩相当量: 1.2g | お誕生会 (箸のみ) |
| 15 木 | 回鍋肉風 ス克蘭ブルエッグ 牛乳 りんご | ジョア せんべい | ぶたばら みそ 鶏卵 牛乳 | 車糖 ごま油 米菓 | キャベツ にんじん 青ピーマン 根深ねぎ りんご | エネルギー: 422kcal タンパク: 16.6g 脂質: 16.6g | 食塩相当量: 1.3g | たんぼぼ組 そり遊び |
| 16 金 | ナポリタン レバーのかりんとう揚げ ジュリアンスープ グレープフルーツ | 牛乳 ビスケット | ベーコン ナチュラルチーズ ぶたレバー 牛乳 | スパゲッティ 油 でん粉 車糖 ビスケット | たまねぎ にんじん 青ピーマン キャベツ グレープフルーツ | エネルギー: 408kcal タンパク: 16.7g 脂質: 19g | 食塩相当量: 1g | |
| 17 土 | ロールパン(カレー・ジャム) オニオンスープ 牛乳 パナナ | リンゴジュース せんべい | ぶたひき プロセスチーズ 牛乳 | ロールパン オリーブ油 ジャム 米菓 | たまねぎ にんじん コーン缶 パナナ | エネルギー: 504kcal タンパク: 14.4g 脂質: 13.4g | 食塩相当量: 1.5g | |
| 18 日 | | | | | | | | |
| 19 月 | ささ身揚げ 青菜和え 豚汁 オレンジ | ソフル ビスケット | 鶏ささ身 ぶたかた 油揚げ みそ | プレミックス粉 油 さといも しらたき ビスケット | こまつな にんじん もやし だいこん ごぼう 根深ねぎ | エネルギー: 404kcal タンパク: 20.7g 脂質: 14.6g | 食塩相当量: 0.7g | |
| 20 火 | 焼肉 ビーフソテー 牛乳 いちご | 牛乳 クラッカー | ぶたかたロース 鶏ひき | 車糖 ごま ビーフ 油 クラッカー | たまねぎ 青ピーマン にんじん いちご | エネルギー: 407kcal タンパク: 18.9g 脂質: 19.5g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 21 水 | まぐろのケチャップ煮 かぼちゃサラダ 玉ねぎ汁 オレンジ | 牛乳 塩カスタードパン | めかじき 絹ごし豆腐 みそ かつお節 牛乳 | でん粉 油 マヨネーズ クリームパン | かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 たまねぎ はくさい | エネルギー: 410kcal タンパク: 18.2g 脂質: 19.5g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 22 木 | ひじきの寄せ煮 厚焼き玉子 牛乳 ベイクドポテト グレープフルーツ | ヤクルト ぼたぼた焼き | 焼き竹輪 ぶたかた だいず水煮缶 鶏卵 牛乳 | 糸こんにゃく 車糖 油 じゃがいも 米菓 | ひじき にんじん ごぼう グレープフルーツ | エネルギー: 406kcal タンパク: 14.1g 脂質: 16.4g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 23 金 | | | | | | | | 天皇誕生日 |
| 24 土 | 食パン(ジャム) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 パナナ | 野菜生活 せんべい | ベーコン 牛乳 | 食パン ジャム 豆乳 じゃがいも 米菓 | にんじん たまねぎ キャベツ パナナ | エネルギー: 587kcal タンパク: 19g 脂質: 15.6g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 25 日 | | | | | | | | |
| 26 月 | ポークカレー ブロッコリーサラダ 牛乳 オレンジ | フルーツヨーグルト (★) ビスケット | ぶたかた 牛乳 ヨーグルト | じゃがいも 油 マヨネーズ ビスケット | たまねぎ にんじん ブロッコリー きゅうり みかん缶 もも缶 | エネルギー: 419kcal タンパク: 12.4g 脂質: 19.6g | 食塩相当量: 1g | |
| 27 火 | 鶏肉のバーベキューソース 春雨サラダ 牛乳 いちご | プリン(★) せんべい | 鶏もも 牛乳 鶏卵 | 油 はるさめ マヨネーズ ざらめ糖 米菓 | たまねぎ 根深ねぎ レモン きゅうり にんじん コーン缶 レタス いちご | エネルギー: 407kcal タンパク: 17.1g 脂質: 19g | 食塩相当量: 1g | |
| 28 水 | たらの磯辺揚げ 小松菜のお浸し 大根汁 グレープフルーツ | 牛乳 メロンパントースト(★) | まだら かつお節 みそ 牛乳 | 薄力粉 油 じゃがいも 食パン 有塩バター ざらめ糖 | あおさ こまつな だいこん 根深ねぎ グレープフルーツ | エネルギー: 402kcal タンパク: 17.4g 脂質: 13.4g | 食塩相当量: 0.7g | |
| 29 木 | 麻婆豆腐 半月卵 牛乳 さつまいも オレンジ | ジョア せんべい | 木綿豆腐 ぶたひき みそ 鶏卵 牛乳 | 油 でん粉 さつまいも 米菓 | 根深ねぎ いら ばレンシアオレンジ | エネルギー: 413kcal タンパク: 20g 脂質: 11.7g | 食塩相当量: 0.9g | |

※(★)は手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。



食事のマナーを守りましょう

※12日は初午です。いなり寿司を食べる風習がありますが、子どもたちが食べやすいように、油揚げの入った、おにぎり(こぎつねごはん)をおやつにしました。
※業者の方々のご協力があって、おいしい食材を揃える事ができています。感謝の気持ちを忘れず、よりよい給食作りに努めていきたいです。



令和 6年 2月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

| 日曜 | 献立名 | | | あか | 黄 | みどり | 栄養価 | 食塩相当量 | 行事 |
|------|-----------------------|---|---------------------------|--------------------------------------|---|--|--|-------------|---------------|
| | 朝間 | 昼食 | 昼間 | 体をつくる 血や肉になる | 力や体温のもとになる | 体の調子を整える | | | |
| 1 木 | ゼリー アンパンマン せんべい | 金平ごぼう 野菜入り玉子焼き えのき汁 グレープフルーツ ごはん | 牛乳 ぼたぼた焼き | 鶏卵 プロセスチーズ みそ 牛乳 | ゼリー 米菓 ふたかた しらたき ごま 車糖 油 水稲穀粒 | ごぼう にんじん 乾しいたけ えのきたけ グレープフルーツ | エネルギー: 534kcal タンパク: 14.8g 脂質: 22g | 食塩相当量: 1.3g | |
| 2 金 | 麦茶 ぱりんこ | 鬼さんカレー コールスローサラダ 牛乳 みかん ごはん | 麦茶 クッキー(★) | ぶたひき ウインナー 牛乳 鶏卵 | 米菓 油 マヨネーズ 水稲穀粒 薄力粉 無塩バター 車糖 | にんじん トマト缶 キャベツ きゅうり うんしゅうみかん | エネルギー: 483kcal タンパク: 13.9g 脂質: 17.6g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 3 土 | 麦茶 クラッカー | ソフトフランス(ミルクリッチ) まめまめサラダ 牛乳 りんご | ぶどうジュース サラダせんべい | 焼き竹輪 だいたい水煮 牛乳 | クラッカー コッペパン いちご マヨネーズ ごま 米菓 | かぼちゃ にんじん きゅうり りんご | エネルギー: 430kcal タンパク: 11.4g 脂質: 13.6g | 食塩相当量: 1.0g | 豆まき |
| 4 日 | | | | | | | | | |
| 5 月 | リンゴジュース 星たべよ | ハッシュドポーク きゃべつサラダ 牛乳 オレンジ ごはん | ドリンクヨーグルト(★) ビスケット | ぶたかたロース 牛乳 ヨーグルト | 米菓 じゃがいも オリーブ 油 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット | たまねぎ ぶなしめじ キャベツ きゅうり コーン缶 パレンシアオレンジ | エネルギー: 532kcal タンパク: 13.5g 脂質: 16.1g | 食塩相当量: 1g | |
| 6 火 | 麦茶 醤油せんべい | カレイのムニエル(オーロソース) ごま和え たまねぎ汁 パナナ ごはん | 牛乳 源氏パイ | まがれい みそ 牛乳 | 米菓 無塩バター 薄力粉 マヨネーズ ごま 水稲穀粒 りーパイ | ほうれんそう にんじん もやし コーン缶 たまねぎ パナナ | エネルギー: 458kcal タンパク: 15.7g 脂質: 15.3g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 7 水 | ぶどうジュース ぱりんこ | 鶏のから揚げ カラフルサラダ 野菜生活 みかん キャラおにぎり | 麦茶 ホイップ・洋梨サンド (★) | 鶏もも ベにざけ ホイップクリーム | 米菓 薄力粉 油 さつまいも マヨネーズ ごま 水稲穀粒 食パン | にんじん コーン缶 きゅうり うんしゅうみかん わかめ 西洋なし | エネルギー: 505kcal タンパク: 13.1g 脂質: 15.2g | 食塩相当量: 0.8g | お店やさん ごっこ |
| 8 木 | 麦茶 バターサブレ | 酢豚 半月卵 白菜汁 りんご ごはん | 牛乳 こぎつねごはん(★) | ぶたかた 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳 鶏ひき 油揚げ | じゃがいも 車糖 油 でん粉 水稲穀粒 | にんじん 青ピーマン 乾しいたけ はくさい りんご さやいんげん | エネルギー: 474kcal タンパク: 15.3g 脂質: 12.6g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 9 金 | 麦茶 醤油せんべい | 焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 わかめスープ パナナ ごはん | 牛乳 ビスコ | 鶏もも 牛乳 | 米菓 蒸し中華めん 油 水稲穀粒 ビスケット | もやし 青ピーマン キャベツ わかめ たまねぎ 乾しいたけ パナナ | エネルギー: 480kcal タンパク: 14.3g 脂質: 16.1g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 10 土 | リンゴジュース せんべい | おにぎり 牛乳 くだもの | **持ち帰り菓子** | まぐる類缶 牛乳 | 米菓 水稲穀粒 マヨネー ズ ビスケット | バナナ オレンジ | エネルギー: 461kcal タンパク: 9.1g 脂質: 10.5g | 食塩相当量: 0.7g | 午前保育 |
| 11 日 | | | | | | | | | 建国記念 の日 |
| 12 月 | | | | | | | | | |
| 13 火 | 麦茶 せんべい | ホワイトシチュー 竹輪と大根のそぼろ煮 牛乳 みかん ごはん | スポロン ビスケット | 鶏もも 牛乳 焼き竹輪 鶏ひき | 米菓 じゃがいも 油 車糖 でん粉 水稲穀粒 ビスケット | たまねぎ にんじん キャベツ だいこん うんしゅうみかん | エネルギー: 499kcal タンパク: 14.3g 脂質: 12.8g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 14 水 | ゼリー アンパンマン せんべい | 手巻き寿司(まぜご飯) キャベツのお浸し 肉団子汁 オレンジ | 麦茶 米粉と豆腐の ブラウニー(★) | 鶏卵 かに風味かまぼこ ぶたひき 鶏ひき 木綿豆腐 クリーム | 米菓 水稲穀粒 マヨネー ズ でん粉 はるさめ じゃがいも 上新粉 油 | あまのり キャベツ もやし はくさい チンゲンサイ いちご パナナ | エネルギー: 556kcal タンパク: 14.9g 脂質: 24.1g | 食塩相当量: 1.4g | お誕生会 |
| 15 木 | 麦茶 ビスケット | 回鍋肉 ス克蘭ブルエッグ たまねぎ汁 りんご ごはん | ジョア せんべい | ぶたばら みそ 鶏卵 | サブレ 車糖 ごま油 水稲穀粒 米菓 | キャベツ にんじん 青ピーマン 根深ねぎ えのきたけ りんご | エネルギー: 478kcal タンパク: 14.9g 脂質: 12.4g | 食塩相当量: 1.3g | たんぼぼ組 そり遊び |
| 16 金 | リンゴジュース せんべい | ナポリタン レバーかりんとう揚げ ジュリアンスープ グレープフルーツ ごはん | 牛乳 ビスケット | ベーコン ナチュラルチーズ ぶたレバー 牛乳 | 米菓 สปาゲッティ でん粉 車糖 水稲穀粒 ビスケット | たまねぎ にんじん 青ピーマン キャベツ グレープフルーツ | エネルギー: 504kcal タンパク: 16.2g 脂質: 14.9g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 17 土 | 麦茶 クッキー | ロールパン(カレー・ジャム) オニオンスープ 牛乳 パナナ | リンゴジュース せんべい | ぶたひき プロセスチーズ 牛乳 | ビスケット ロールパン オリーブ油 ジャム 米菓 | たまねぎ にんじん コーン缶 パナナ | エネルギー: 470kcal タンパク: 12.4g 脂質: 14.2g | 食塩相当量: 1.2g | |
| 18 日 | | | | | | | | | |
| 19 月 | ぶどうジュース 星たべよ | ささ身揚げ 青菜和え 豚汁 オレンジ ごはん | ヨーグルト ビスケット | 鶏ささ身 ぶたかた 油揚げ みそ | 米菓 プレミックス粉 油 さといも しらたき 水稲穀粒 ビスケット | こまつな にんじん もやし だいこん ごぼう ねぎ パレンシアオレンジ | エネルギー: 495kcal タンパク: 17.5g 脂質: 12.4g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 20 火 | 麦茶 ぱりんこ | 焼肉 ビーフソテー えのき汁 いちご ごはん | 牛乳 クラッカー | ぶたかたロース 鶏ひき みそ 牛乳 | 米菓 車糖 ごま ビーフン 油 水稲穀粒 クラッカー | たまねぎ 青ピーマン にんじん えのきたけ わかめ いちご | エネルギー: 442kcal タンパク: 16.8g 脂質: 13.8g | 食塩相当量: 1.4g | |
| 21 水 | リンゴジュース 醤油せんべい | まぐろのケチャップ煮 かぼちゃサラダ 玉ねぎ汁 オレンジ ごはん | 牛乳 塩カスタードパン | めかじき 絹ごし豆腐 みそ かつお節 牛乳 | 米菓 でん粉 油 マヨネーズ 水稲穀粒 クリームパン | かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 たまねぎ はくさい | エネルギー: 488kcal タンパク: 16.6g 脂質: 15.2g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 22 木 | 麦茶 クッキー | ひじきの寄せ煮 厚焼き玉子 大根汁 グレープフルーツ ベイクドポテト ごはん | ヤクルト ぼたぼた焼き | 焼き竹輪 ぶたかた だいたい水煮 鶏卵 みそ かつお節 | 糸こんにやく 車糖 油 じゃがいも 水稲穀粒 米菓 | ひじき にんじん ごぼう だいこん なめこ グレープフルーツ | エネルギー: 457kcal タンパク: 11.9g 脂質: 13.3g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 23 金 | | | | | | | | | 天皇誕生日 |
| 24 土 | 麦茶 ビスケット | 食パン(ジャム) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 パナナ | 野菜生活 せんべい | ベーコン 牛乳 | ビスケット 食パン ジャム 豆乳 じゃがいも 米菓 | にんじん たまねぎ キャベツ パナナ | エネルギー: 476kcal タンパク: 13.5g 脂質: 12.3g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 25 日 | | | | | | | | | |
| 26 月 | 麦茶 せんべい | ポーカレー ブロッコリーサラダ 牛乳 オレンジ ごはん | フルーツヨーグルト (★) ビスケット | ぶたかた 牛乳 ヨーグルト | 米菓 じゃがいも 油 マヨネーズ 水稲穀粒 ビスケット | たまねぎ にんじん ブロッコリー きゅうり みかん缶 もも缶 パナナ | エネルギー: 494kcal タンパク: 13.3g 脂質: 16.9g | 食塩相当量: 1g | |
| 27 火 | ぶどうジュース クッキー | 鶏肉のパーベキューソース 春雨サラダ えのき汁 いちご ごはん | プリン(★) せんべい | 鶏もも みそ 牛乳 鶏卵 | ビスケット 油 はるさめ マヨネーズ 水稲穀粒 ざらめ糖 米菓 | たまねぎ 根深ねぎ レモン りんご コーン缶 レタス えのきたけ いちご | エネルギー: 477kcal タンパク: 14.2g 脂質: 15.7g | 食塩相当量: 1.1g | |
| 28 水 | 麦茶 せんべい | たらの磯辺揚げ 小松菜のお浸し 大根汁 グレープフルーツ ごはん | 牛乳 メロンバントースト(★) | まだら かつお節 みそ 牛乳 | 薄力粉 油 じゃがいも 水稲穀粒 食パン 有塩バター ざらめ糖 | あおき こまつな だいこん 根深ねぎ グレープフルーツ | エネルギー: 474kcal タンパク: 16.7g 脂質: 12.2g | 食塩相当量: 0.9g | |
| 29 木 | 麦茶 バナナ | 麻婆豆腐 半月卵 青菜汁 さつま芋 オレンジ ごはん | ジョア せんべい | 木綿豆腐 ぶたひき みそ 鶏卵 | 油 でん粉 水稲穀粒 さつまいも 米菓 | バナナ 根深ねぎ いら こまつな たまねぎ パレンシアオレンジ | エネルギー: 456kcal タンパク: 17.7g 脂質: 6.8g | 食塩相当量: 0.8g | |

※(★)は手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。



食事のマナーを守りましょう

※12日は初午です。いなり寿司を食べる風習がありますが、子どもたちが食べやすいように、油揚げの入った、おにぎり(こぎつねごはん)をおやつにしました。
※業者の方々のご協力があって、おいしい食材を揃える事ができています。感謝の気持ちを忘れず、よりよい給食作りに努めていきたいです。

