

2023年02月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				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						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	
1	水	御飯 さけのみそマヨ焼き 切干大根の旨煮 キャベツのすまし汁	ビスケット 牛乳	米、マヨネーズ、砂糖	牛乳、さけ、油揚げ、 米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、ねぎ、にんじ ん、たまねぎ、えのきた け、切り干しだいこん	ゼリー	17	金	わかめごはん 揚げじゃがのそぼろあん スパサラ キャベツのみそ汁	★お麩ラスク 牛乳	米、フライドポテト、サ ラダ用スパゲティ、 マーガリン、砂糖、焼 ふ、ごまドレッシング、 油、片栗粉	牛乳、鶏ひき肉、ハ ム、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ	キャベツ、レタス、たま ねぎ、きゅうり、にんじ ん、グリーンピース(冷凍)	クラッカー
2	木	ラーメン 中華きゅうり 揚げ餃子 みかん	★鮭おにぎり 牛乳	生中華めん、米、油、 ごま油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロ ース)、さけ、なると	みかん、きゅうり、キャ ベツ、もやし、にら、にん じん、コーン缶、ごま	せんべい	18	土	パン 牛乳 果物					
3	金	鬼ごはん キャベツごま和え わかめスープ 鉄チーズ	★鬼ケーキ 牛乳	七分つき米、ホット ケーキ粉、砂糖、無塩 バター、油	牛乳、豚ひき肉、卵、 チーズ、生クリーム、 スライスチーズ、米み そ(甘みそ)	たまねぎ、キャベツ、にん じん、コーン缶、ビー マン、ねぎ、干しぶどう、 すりごま、カットわかめ、 にんにく、しょうが	クラッカー	19	日						
4	土	パン 牛乳 果物						20	月	御飯 マーボー豆腐 ひじきとキャベツのサラダ えのきのみそ汁	コーンフレーク 牛乳	米、コーンフレーク、 マヨネーズ、ごま油、 片栗粉、砂糖、油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、ベーコン、米 みそ(淡色辛みそ)、 米みそ(甘みそ)	もやし、キャベツ、たま ねぎ、ねぎ、コーン缶、 えのきたけ、にんじん、 にら、しいたけ、ひじき、 カットわかめ	ビスケット
5	日							21	火	親子丼 かぼちゃサラダ 白菜のみそ汁	せんべい ジュース	米、マヨネーズ、砂糖	鶏もも肉(皮付き)、 卵、なると、生揚げ、 米みそ(淡色辛み そ)、ハム	りんご天然果汁、たま ねぎ、かぼちゃ、はくさ い、にんじん、きゅうり、 しいたけ、コーン缶、 キャベツ	チーズ
6	月	御飯 大根そぼろ煮 キャベツのツナマヨあえ なめこみそ汁	ドーナツ 牛乳	米、マヨネーズ、砂 糖、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、さつま揚げ、 ツナ油漬缶、米みそ (淡色辛みそ)、淡色 みそ	だいこん、キャベツ、き ゅうり、ねぎ、なめこ、 にんじん	ビスケット	22	水	ボークカレー パナナ ブロッコリーのミモザサラダ 福神漬 牛乳	ゼリー	七分つき米、じゃがい も、マヨネーズ、押 麦、油	牛乳、豚肉(肩ロ ース)、卵、ハム	バナナ、たまねぎ、プロ ッコリー、にんじん、福 神漬	ヨーグルト
7	火	ブルコギ丼 ほうれん草のナムル 中華スープ	せんべい ジュース	米、ごま油、砂糖	豚肉(肩ロース)	りんご天然果汁、ほう れんそう、たまねぎ、 にんじん、だいこん、 えのきたけ、赤ピー マン、にら、し めじ、コーン缶、 ごま、	チーズ	23	木						
8	水	御飯 みかん 肉じゃが マカロニサラダ 大根のみそ汁	★みそ煮込みうどん	米、じゃがいも、ゆで うどん、マヨネーズ、 マカロニ・スパゲティ、 油、砂糖	木綿豆腐、豚肉(肩 ロース)、米みそ(淡 色辛みそ)、生揚げ、 鶏むね肉、油揚げ、 ハム、ちくわ		ヨーグルト	24	金						
9	木	食パン トマトスープ 白身魚のフライ・タルタルソース レタス・きゅうり ジャーマンポテト	★わかめおにぎり 牛乳	食パン、じゃがいも、 七分つき米、マヨネ ーズ、油、パン粉、小麦 粉	牛乳、メルルーサ、 卵、ベーコン	たまねぎ、レタス、キャ ベツ、きゅうり、ホ ールトマト 缶詰、ごま、カ ットわか め、レモン果汁、 にんにく	せんべい	25	土	パン 牛乳 果物					
10	金	チキンカレー パナナ ツナサラダ 福神漬 牛乳	プリン	七分つき米、じゃがい も、マヨネーズ、押 麦、油	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、ツナ油漬缶、か まぼこ、鶏レバー	バナナ、たまねぎ、にん じん、レタス、きゅう り、福神 漬	クラッカー	26	日						
11	土							27	月	御飯 回鍋肉 小松菜とコーンのゴママヨ 豆腐みそ汁	★ジャムサンド ジョア	米、小麦粉、マヨネ ーズ、砂糖、油	木綿豆腐、豚肉(肩 ロース)、豚肉(ばら)、 ちくわ、米みそ(淡 色辛みそ)、米みそ(甘 みそ)、淡色みそ	キャベツ、こまつな、は くさい、にんじん、 たまねぎ、ピーマン、 コーン缶、ねぎ、 しいたけ、すりご ま、カットわかめ	ビスケット
12	日							28	火	チキンバーガー ツナポテトサラダ ワンタンスープ バナナ	ヨーグルト	ロールパン、じゃがい も、マヨネーズ、ワ ンタンの皮、ごま油	元気ヨーグルト、鶏 もも肉、鶏ひき肉、 ツナ 油漬缶	バナナ、キャベツ、 ねぎ、きゅうり、 たまねぎ、しい たけ、にんじん、 にんにく、 しょうが	FeCaウエハース
13	月	御飯 タンドリーチキン ほうれん草の納豆和え 五目みそ汁	アメリカンドッグミニ 牛乳	米、さといも、ホッ トケーキ粉、油、片 栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、ウ ィンナーソーセージ、 木綿豆腐、挽きわり 納豆、米みそ(淡色 辛みそ)、卵、油 揚げ、か	ほうれんそう、だい こん、にんじん、 ねぎ、レモン果 汁、にんにく	ビスケット								
14	火	御飯 プチダン コロケ 春雨サラダ マカロニスープ	★おたのしみ 牛乳	米、小麦粉、砂糖、 はるさめ、バター、 マカロニ・スパゲ ティ、ごま油	牛乳、ヨーグルト(加 糖)、ハム、ベー コン、脱脂粉乳	きゅうり、キャベ ツ、たま ねぎ、にんじん、 コーン缶	FeCaウエハース								
15	水	御飯 パナナ さばの塩焼き ほうれん草のごま和え じゃがいものみそ汁	スティックパン 牛乳	米、食パン、じゃがい も、砂糖	牛乳、さば、米み そ(淡色辛みそ)、 米みそ(甘みそ)	バナナ、ほうれん そう、に んじん、たま ねぎ、すり ごま	ゼリー								
16	木	焼きそば ブロッコリーのマヨネーズあえ 豆腐スープ みかん	焼きおにぎり ヤクルト	焼きそばめん、米、 マヨネーズ、油	牛乳、木綿豆腐、豚 肉(ばら)	みかん、キャベツ、 ブロッ コリー、にんじん、 たま ねぎ、もやし、 ねぎ、コー ン缶、カ ットわか め、あ おのり	せんべい	1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー	543 kcal				
										たんぱく質	20.3 g				
										脂質	19.8 g				
										塩分	2.1 g				

○献立は仕入れの都合により変更することがあります。

○★印は手作りおやつです。

○土曜のおやつは人数が確定してから決めます。