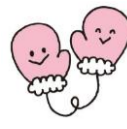




# 2月のメニュー



令和7年2月  
認定こども園あおがき

行事	日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ( )は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			10時おやつ	3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		
	1土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
節分あそび	3月	～おにさんふく笑いランチ～ おにさんごはん 大豆サラダ ゼリー	430.4(393.6) 13.4(11.7) 13.6(12.2) 0.8(0.7)	米、焼きそばめん ○ばりんこ、片栗粉、三温糖 ノンエッグマヨネーズ、油 ◎スティックパン	水煮大豆、ハム、ちりめん ちくわ、ウインナー	きゅうり、キャベツ、レタス みかん缶、にんじん、わかめ 黒豆、だいこん、ゼリー	牛乳 パン	ばりんこ
	4火	赤飯 さばの味噌煮 ポテトサラダ スティック人参 バナナ	621.2(595.3) 25.1(23.0) 20.1(17.9) 1.3(1.1)	米、じゃがいも、○食パン ○ホットケーキ粉、◎米 ノンエッグマヨネーズ ○グラニュー糖、○マーガリン	○牛乳、さば、卵、ハム ツナ、あずき、みそ	バナナ、にんじん、きゅうり みかん缶、○レモン	牛乳 おにぎり	牛乳 メロンラスク
個別懇談会 (5歳児・希望児)	5水	スペイン風チーズオムレツ きゅうりの梅肉おかか和え 大根煮 オレンジ	563.5(540.0) 19.1(17.2) 22.1(20.0) 2.2(1.9)	米、○源氏パイ、じゃがいも 三温糖、砂糖、◎米	○牛乳、卵 とろけるチーズ、ちくわ ベーコン、牛乳、かつお節	だいこん、はくさい、オレンジ にんじん、トマト、ケチャップ うめ干し	牛乳 おにぎり	牛乳 いりこ 源氏パイ
個別懇談会 (5歳児・希望児)	6木	鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃのチーズのせ ブロッコリー バナナ	610.8(544.4) 22.5(18.8) 18.6(16.5) 1.2(1.0)	米、○ホットケーキ粉 ○さつまいも、マーガリン ノンエッグマヨネーズ、砂糖 ○砂糖、◎スティックパン	○牛乳、さけ とろけるチーズ、みそ ○黒ごま	キャベツ、かぼちゃ、バナナ ブロッコリー、にんじん、しめじ たまねぎ、もやし	牛乳 パン	牛乳 さつまいもの 蒸しパン
さるまわし 個別懇談会 (5歳児・希望児)	7金	豆腐のまさご揚げ もすくの酢の物 豆乳みぞれ汁 オレンジ	582.8(553.2) 20.9(19.0) 23.1(20.7) 1.9(1.6)	米、系こんにやく さつまいも、○味しらべ 油、片栗粉、三温糖、砂糖 ◎米	○牛乳、木綿豆腐、豆乳 鶏ひき肉、みそ、えび 卵、油揚げ、かにかまぼこ ちくわ、ごま	にんじん、たまねぎ、だいこん きゅうり、オレンジ、もすく、ねぎ わかめ、ごぼう、しょうが	牛乳 おにぎり	牛乳 味しらべ
	8土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
	10月	厚揚げハンバーグ 大根とツナのあえ物 ブロッコリー バナナ	640.5(447.7) 21.4(18.9) 21.0(17.3) 0.6(0.5)	米、片栗粉、パン粉 ノンエッグマヨネーズ、砂糖 ◎スティックパン ○まがりせんべい	○牛乳、厚揚げ 合びき肉、ツナ、卵	だいこん、バナナ、ブロッコリー きゅうり、コーン、ねぎ	牛乳 パン	牛乳 いりこ まがりせんべい
身体測定 (5歳児)	12水	ちくわのチーズ揚げ ほうれん草ときのこのサラダ 人参煮 オレンジ	430.5(371.0) 12.9(11.2) 11.7(9.1) 1.4(1.2)	米、てんぷら粉、油 ノンエッグマヨネーズ、砂糖 ◎せんべい	○ヨーグルト、ちくわ ベーコン、粉チーズ、ごま	ほうれんそう、にんじん オレンジ、しめじ、えのきたけ コーン、たまねぎ	牛乳 せんべい	いりこ ヨーグルト
身体測定 (4歳児)	13木	ポークビーンズ 切干し大根のサラダ かぼちゃ煮 バナナ	489.1(394.1) 14.5(11.3) 6.5(5.0) 1.2(0.9)	米、○米、じゃがいも、砂糖 三温糖、油 ◎スティックパン	豚肉、水煮大豆 ○しらす干し、ごま かにかまぼこ、○ごま	かぼちゃ、バナナ、たまねぎ 人参、きゅうり、トマト、○のり グリーンピース、切り干しだいこん マッシュルーム、ケチャップ	牛乳 パン	じゃこおにぎり
身体測定 (3歳児)	14金	さわらの照り焼き 春キャベツのベーコン炒め さつまいもの甘煮 オレンジ	623.0(561.3) 22.7(19.2) 23.0(19.9) 1.6(1.3)	米、さつまいも ○ホットケーキ粉 ○マーガリン、○砂糖 砂糖、油、◎米	○牛乳、さわら、○卵 ベーコン、○おから	キャベツ、オレンジ、にんじん しめじ	牛乳 おにぎり	牛乳 おからの マーブルケーキ
	15土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
	17月	野菜たっぷりつくね 若竹煮 ブロッコリー バナナ	446.1(440.1) 18.8(16.9) 13.1(13.7) 1.0(0.8)	米、片栗粉、三温糖、砂糖 ごま油、◎スティックパン ○きなこ餅	○牛乳、鶏ひき肉、卵 ちくわ、みそ	バナナ、ブロッコリー たけのこ水煮、にんじん、ねぎ わかめ、いんげん、しいたけ	牛乳 パン	牛乳 いりこ きなこ餅
身体測定 (2歳児)	18火	白身魚のコーンマヨネーズ焼き 白菜のごま和え 高野の含め煮 オレンジ	590.4(535.5) 23.2(20.1) 20.2(16.6) 1.2(1.0)	米、○ホットケーキ粉 ノンエッグマヨネーズ、○油 片栗粉、砂糖、三温糖 ○グラニュー糖、◎米	○牛乳、たら、○卵 高野豆腐、しらす干し ○スライスアーモンド ○ごま、ごま	はくさい、○バナナ、にんじん オレンジ、コーン クリームコーン缶、パセリ粉	牛乳 おにぎり	牛乳 アジア ドーナッツ
身体測定 (0・1歳児)	19水	ひじきとツナ御飯 石狩汁 磯香和え りんご	492.2(423.6) 20.0(16.7) 13.7(11.5) 2.1(1.7)	米、じゃがいも 系こんにやく、○せんべい 三温糖、ごま油、砂糖、◎米	○牛乳、ツナ、さけ みそ、油揚げ、かつお節	りんご、にんじん、ほうれんそう だいこん、もやし、ごぼう、ねぎ しいたけ、ひじき、きざみのみり	牛乳 おにぎり	牛乳 ほしたべよ
避難訓練	20木	クリスピーチキン マカロニサラダ ブロッコリー バナナ	496.0(430.8) 19.6(16.8) 15.4(12.9) 1.3(1.1)	米、コーンフレーク、◎パン マカロニ、○焼飯、○ごま油 ノンエッグマヨネーズ、油 ○小麦粉、天ぷら粉	鶏もも肉、○卵、卵 ハム、○かつお節	バナナ、ブロッコリー、きゅうり ○ねぎ、にんじん、みかん缶 ○紅しょうが	牛乳 パン	ふのお好み焼き
	21金	煮干しふりかけ 豚肉と野菜のみそ煮 えび卵焼き スティックきゅうり オレンジ	536.5(483.7) 22.9(18.9) 20.9(16.8) 2.4(1.9)	米、系こんにやく、砂糖 油、◎米、○白い風船	○牛乳、卵、豚肉 えび、みそ、かつお節 いりこ、かつお節	だいこん、きゅうり、オレンジ にんじん、ごぼう、ほうれんそう 干ししいたけ、まぜこみわかめ ゆかり	牛乳 おにぎり	牛乳 白い風船
	22土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
	25火	厚揚げのツナマヨ焼き 大豆とひじきの炒り煮 かぼちゃの天ぷら バナナ	582.0(503.9) 20.5(17.7) 21.2(18.1) 0.9(0.7)	米、○ほたば焼 てんぷら粉、油 ノンエッグマヨネーズ 系こんにやく、◎パン	○牛乳、厚揚げ、水煮大豆 鶏もも肉、ツナ、ちくわ とろけるチーズ	バナナ、かぼちゃ、にんじん、ねぎ たまねぎ、ごぼう、れんこん しいたけ、ひじき	牛乳 パン	牛乳 ほたば焼
誕生会	26水	～カレーうどんランチ～ カレーうどん ミニおにぎり ゼリー キャベツのベーコンドレッシング	411.0(346.4) 10.8(8.6) 12.2(8.7) 1.9(1.3)	ゆでうどん、米 ○スティックパン カレーウ、油 オリーブ油、砂糖、◎米	牛肉、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、ごまつな ねぎ、にんじん、グリーンピース ゼリー	牛乳 おにぎり	スティックパン
	27木	豆腐とたらの味噌チーズ焼き 干草あえ じゃが芋の煮物 バナナ	555.8(485.2) 25.7(22.6) 13.9(12.4) 1.3(1.1)	米、じゃがいも、○小麦粉 砂糖、マーガリン ◎スティックパン	○牛乳、たら、絹ごし豆腐 とろけるチーズ、みそ 油揚げ、○あずき	バナナ、キャベツ、もやし ほうれんそう、にんじん きゅうり、コーン	牛乳 パン	牛乳 小豆のプリッツ
入園説明会	28金	フィッシュボール 青菜の和え物 人参グラッセ オレンジ	567.0(536.1) 19.0(17.2) 20.2(17.9) 0.9(0.8)	米、じゃがいも、片栗粉 ○ホットケーキ粉、油 ○マーガリン、砂糖 ○三温糖、パン粉、◎米	○牛乳、白身魚すり身 ちくわ、○卵、卵 ○ねりごま、○ごま バター	にんじん、ほうれんそう たまねぎ、オレンジ、もやし キャベツ	牛乳 おにぎり	牛乳 ダブル白ゴマの カップケーキ



和み給食の日



地産地消の日



鉄分補給献立



旬の味献立



カミカミメニュー



コツコツメニュー



煮干しふりかけ



まめ豆メニュー



誕生会

