

献立表

2024年2月

用賀なのはな保育園
深沢分園



日付	曜日	献立名	材料	おやつ	栄養価
1	15	木 ロールパン 鶏肉と白菜の トマト煮 ブロッコリーサラダ スープ 果物	ロールパン 鶏肉、はくさい、たまねぎ、オリーブ油、酒、食塩 トマト缶、ケチャップ、片栗粉 ブロッコリー、ツナ缶、コーン缶、三温糖、酢 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、しめじ、豆腐 にんじん	麦茶 ひじきおにぎり 米、ひじき、にんじん 油揚げ、みりん、しょうゆ	エネルギー 476 Kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 14.7 g
2	金	赤鬼ライス ハンバーグ ごまサラダ スープ 果物	米、食塩、ソース、ケチャップ、三温糖、干しぶどう にんじん、ピーマン、カレー粉 豚肉、豆腐、片栗粉、食塩、酒、しょうが、油 みりん、しょうゆ コーン缶、いんげん、鶏肉、しょうゆ、食塩、三温糖 ごま かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、だいこん ほうれんそう	調製豆乳 鬼まんじゅう さつまいも、小麦粉、三温糖 食塩、ベーキングパウダー	エネルギー 543 Kcal たんぱく質 22 g 脂質 13.6 g
		節分			
3	17	土 ウインナーごはん 青菜の炒め物 スープ 果物	米、油、ウインナー、たまねぎ、にんじん、コーン缶 食塩 豚肉、チンゲンサイ、ごま油、にんにく、しょうゆ 食塩 かつおだし汁、食塩、しょうゆ、ねぎ、カットわかめ	調製豆乳 せんべい クラッカー	エネルギー 479 Kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 18.3 g
5	19	月 焼肉丼 さつまいもの甘辛煮 味噌汁 果物	米、豚肉、たまねぎ、チンゲンサイ、にんにく、酒 三温糖、しょうゆ、ごま、片栗粉、油 さつまいも、にんじん、三温糖、しょうゆ 煮干だし汁、みそ、こまつな、もやし	牛乳 きなこクリームサンド コッペパン、きな粉、上白糖 生クリーム	エネルギー 553 Kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 14.1 g
6	20	火 トマトパスタ 大根サラダ スープ 果物	スパゲティ、鶏肉、たまねぎ、しめじ、ほうれんそう にんにく、オリーブ油、食塩、ケチャップ、トマト缶 だいこん、きゅうり、ツナ缶、しょうゆ、三温糖 かつおだし汁、食塩、しょうゆ、カリフラワー コーン缶	牛乳 ヨーグルトスコーン 小麦粉、バター、ヨーグルト ベーキングパウダー 牛乳、三温糖、卵 ブルーベリージャム	エネルギー 519 Kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 19.0 g
7	21	水 ゆかりごはん ぶりの照り煮 切干大根の煮物 味噌汁 果物	米、しそふりかけ ぶり、三温糖、みりん、しょうゆ、しょうが 切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、いんげん 三温糖、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 煮干だし汁、みそ、チンゲンサイ、にんじん、豆腐	調製豆乳 大学芋 さつまいも、三温糖、油 ごま	エネルギー 523 Kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 15.4 g
8	29	木 ぶどうロール 鶏肉のチーズ焼き ほうれん草ソテー スープ 果物	ぶどうロール 鶏肉、しょうゆ、にんにく、みりん、酒、チーズ、油 ほうれんそう、にんじん、ベーコン、しょうゆ オリーブ油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、万能ねぎ はくさい、しめじ	麦茶 炊き込みおこわ 米、もち米、みそ、みりん 鶏肉、にんじん	エネルギー 475 Kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 15.8 g

※行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

※1、2歳児は午前中に豆乳または牛乳を飲みます。


※マヨドしは乳・卵無しのもを使用しています。

※パン類は卵無しのもを提供しています。乳は含みます。

※ハム・ベーコン・ウインナーは乳・卵無しのもを使用しています。





日付	曜日	献立名	材料	おやつ	栄養価
9	金	ごはん 家常豆腐 ゆで野菜 味噌汁 果物	米 生揚げ、豚肉、にんじん、ピーマン、たけのこ にんにく、三温糖、食塩、酒、しょうゆ、片栗粉 はくさい、にんじん、食塩 煮干だし汁、みそ、じゃがいも、たまねぎ	牛乳 マカロニソテー マカロニ、バター、ウインナー たまねぎ、コーン缶、しょうゆ チーズ	エネルギー 489 Kcal たんぱく質 20.4 g 脂質 15.6 g
10	24 土	ごはん 豚肉の味噌炒め 春雨サラダ スープ 果物	米 豚肉、たまねぎ、油、しょうが、みそ、しょうゆ、みりん にんじん、はるさめ、鶏肉、しょうゆ、酢、三温糖 ごま油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、にんじん さつまいも	調製豆乳 せんべい クラッカー	エネルギー 515 Kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 12.5 g
13	火	カレーうどん かじきの味噌焼き 酢れんこん 果物	うどん、かつお・昆布だし汁、たまねぎ、にんじん 豚肉、こまつな、ねぎ、片栗粉、油、カレー粉 しょうゆ、食塩 かじき、みそ、酒、三温糖、油 れんこん、食塩、酢、三温糖	牛乳 りんごのケーキ 小麦粉、コーンスターチ ベーキングパウダー、三温糖 牛乳、バター、りんご、上白糖	エネルギー 482 Kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 14.9 g
14	水	ごはん 豚肉と大根の煮物 トマト 味噌汁 果物	米 豚肉、しょうが、だいこん、しょうゆ、酒、三温糖 いんげん トマト 煮干だし汁、みそ、ごぼう、さといも、にんじん 万能ねぎ	牛乳 ジャムサンドクッキー 小麦粉、上白糖、バター 牛乳、いちごジャム	エネルギー 524 Kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 15.9 g
16	26 金 月	ハヤシライス キャベツのレモン和え 清汁 果物	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム トマト缶、ケチャップ、ソース、食塩、油、小麦粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン果汁、食塩 三温糖 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、万能ねぎ、豆腐 なめこ	調製豆乳 たこ焼き風ポテト じゃがいも、片栗粉、油 食塩、ソース、かつお節 あおのり	エネルギー 519 Kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 15.5 g
27	火	味噌ラーメン 鶏肉の唐揚げ フレンチサラダ 果物 	中華めん、かつお・昆布だし、にんじん、ほうれんそう 豚肉、もやし、にんにく、食塩、みそ、しょうゆ、みりん 鶏肉、しょうが、にんにく、みりん、しょうゆ、油 片栗粉 にんじん、きゅうり、りんご、トマト、しょうゆ、酢 三温糖	牛乳 パンケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー 三温糖、牛乳、バター	エネルギー 513 Kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 16.4 g
28	水	ごはん かじきの味噌焼き だいこんの炒め煮 味噌汁 果物	米 かじき、みそ、酒、三温糖、油 だいこん、にんじん、しょうゆ、みりん、酒 煮干だし汁、みそ、ごぼう、さといも、にんじん こまつな	牛乳 ハムサンド 食パン、ハム、きゅうり マヨドレ	エネルギー 517 Kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 13.9 g
22	木	ライスコロッケ タンドリーチキン コールスロー スープ 果物	米、豚肉、たまねぎ、食塩、ケチャップ、ソース、三温糖 小麦粉、パン粉、油 鶏肉、にんにく、しょうが、食塩、カレー粉、レモン果汁 ケチャップ、しょうゆ、三温糖、ヨーグルト、油 キャベツ、ハム、にんじん、コーン缶、食塩、三温糖 酢、油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、豆腐 ほうれんそう	りんごジュース ジャッキーのぱんやさん 小麦粉、強力粉、食塩 ドライイースト、三温糖 牛乳、バター、ココア	エネルギー 576 Kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 18.0 g
誕生会					

だいたいぐみ
リクエスト
メニュー