



2021年2月献立表



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	月	ごはん 鶏肉と里芋の甘辛炒め ひじきサラダ 味噌汁 果物	米 鶏肉、さといも、いんげん、油、しょうゆ、酒、三温糖 ひじき、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、酢、食塩、油 煮干だし汁、みそ、だいこん、しめじ、こまつな	調整豆乳 ポパイスパゲティ スパゲティ、オリーブ油、にんにく たまねぎ、ツナ缶、ほうれんそう 食塩、しょうゆ	エネルギー 511kcal たんぱく質 20.6g 脂質 16.3g	
2	16	火	中華そば きんぴらごぼう 果物	ゆで中華めん、かつお・昆布だし汁、焼き豚、もやし、にら、にんじん ごま油、しょうゆ、食塩 ごぼう、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、三温糖、ごま	牛乳 揚げパン ロールパン、油、グラニュー糖	エネルギー 540kcal たんぱく質 20.1g 脂質 13.9g	
3		水	おにっごごはん 魚の西京焼き おひたし 清汁 果物	米、胚芽米、ひじき、にんじん、ゆで大豆、三温糖、酒、しょうゆ かじき、油、みりん、みそ、酒 ほうれんそう、はくさい、しょうゆ 豆腐、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	牛乳 スイートポテト さつまいも、三温糖、バター 生クリーム	エネルギー 501kcal たんぱく質 18.6g 脂質 13.9g	
4	18	木	ぶどうロール 鶏肉のトマト焼き ジャーマンポテト スープ 果物	ぶどうロール 鶏肉、にんにく、オリーブ油、トマト缶、たまねぎ、にんじん、セロリ、食塩 じゃがいも、ベーコン、パセリ粉、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、たまねぎ、キャベツ、かぶ、かぶ・葉	麦茶 そぼろおにぎり 米、豚肉、酒、三温糖、しょうゆ、みりん あおのり	エネルギー 480kcal たんぱく質 18.1g 脂質 13.1g	
5	17	金	水	ごはん 肉豆腐 スティックきゅうり 春雨スープ 果物	米 豆腐、豚肉、にんにく、油、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、三温糖 食塩、片栗粉、チンゲンサイ きゅうり、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、はるさめ、はくさい、にんじん	牛乳 変わりピザ ぎょうざの皮、ケチャップ、たまねぎ マッシュルーム缶、ベーコン ピーマン、とろけるチーズ	エネルギー 476kcal たんぱく質 18.4g 脂質 14.2g
6	20	土	ごはん 鶏肉のゴマだれ炒め 大根の煮物 味噌汁 果物	米 鶏肉、しょうゆ、みりん、ごま、油 だいこん、にんじん、ごま油、三温糖、しょうゆ、酒 かつお・昆布だし汁、みそ、さつまいも、ほうれんそう	調製豆乳 ピラフおにぎり 米、ツナ缶、コーン缶、食塩、しょうゆ	エネルギー 571kcal たんぱく質 19.3g 脂質 15.3g	
8	22	月	ごはん 鶏つくね ごまあえ きのこのスープ 果物	米 鶏肉、にんじん、たまねぎ、片栗粉、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、油 ほうれんそう、もやし、にんじん、三温糖、しょうゆ、ごま かつお・昆布だし汁、まいたけ、しめじ、かぼちゃ、食塩、しょうゆ	牛乳 りんごジャムサンド コッペパン、りんごジャム	エネルギー 479kcal たんぱく質 18.3g 脂質 12.7g	





2021年2月献立表



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
9	火	肉うどん 厚揚げのケチャップ炒め 果物	ゆでうどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 だいこん、生揚げ、ケチャップ、しょうゆ、みりん	調製豆乳 揚げおにぎり 米、小麦粉、油、黒砂糖、しょうゆ	エネルギー 543kcal たんぱく質 19.2g 脂質 12.5g
10	水	ごはん タヴク・ハシュラマ ゆでブロッコリー 味噌汁 果物	米 鶏肉、油、にんにく、たまねぎ、じゃがいも、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ブロッコリー、食塩 かつお・昆布だし汁、みそ、れんこん、チンゲンサイ、万能ねぎ	調製豆乳 お好み焼き 小麦粉、食塩、豚肉、キャベツ コーン缶、油、ソース、あおのり	エネルギー 495kcal たんぱく質 21.2g 脂質 14.2g
12	金	にんじんごはん 魚の甘酢あん ゆでやさい 味噌汁 果物	米、にんじん、しょうゆ、三温糖 さわら、片栗粉、油、ケチャップ、しょうゆ、三温糖、酢 キャベツ、もやし、食塩 煮干だし汁、みそ、えのき、豆腐、こまつな	牛乳 ハートパイ パイ皮、グラニュー糖	エネルギー 491kcal たんぱく質 18.9g 脂質 18.8g
13	土	ごはん 豚肉のみそ焼き コーンサラダ わかめスープ 果物	米 豚肉、たまねぎ、みそ、みりん、酒、しょうが、ごま油 コーン缶、はくさい、ツナ缶、食塩、油、酢、三温糖 かつお・昆布だし汁、ねぎ、カットわかめ、ごま、食塩、しょうゆ	調製豆乳 ゆかりおにぎり 米、しそふりかけ	エネルギー 530kcal たんぱく質 19.8g 脂質 13.3g
25	木	ロールパン 豚肉のマーマレード焼き 温野菜サラダ スープ 果物	ロールパン 豚肉、マーマレード、しょうゆ、油 れんこん、にんじん、たまねぎ、食塩、マヨドレ かつお・昆布だし汁、だいこん、はくさい、いんげん、食塩、しょうゆ	麦茶 塩焼きそば 焼きそばめん、油、鶏肉、にんじん キャベツ、食塩、酒、みりん、かつお節	エネルギー 477kcal たんぱく質 19.9g 脂質 16.1g
19	金	ドライカレー ゆずドレッシングサラダ スープ 果物	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが、油 小麦粉、カレー粉、ソース、ケチャップ、三温糖、食塩 はくさい、かぶ、かぶ・葉、鶏肉、しょうゆ、ゆず、ごま油、三温糖 かつお・昆布だし汁、れんこん、にんじん、こまつな、食塩、しょうゆ	りんごジュース フルーツサンド 食パン、生クリーム、クリームチーズ 砂糖、いちご、みかん缶、りんご	エネルギー 541kcal たんぱく質 17.6g 脂質 16.6g

※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。

※マヨドレは乳・卵無しのものを使用しています。

※ハム・ベーコン・ウインナーは乳・卵無しのものを使用しています。

※パン類は卵無しものを提供しています。乳は含みます。

