

2025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	土	ごはん 鶏肉の煮物 かぼちゃのきんぴら 味噌汁 果物	米 鶏肉、みりん、しょうゆ かぼちゃ、にんじん、ツナ缶、三温糖、しょうゆ かつお・昆布だし汁、みそ、キャベツ、ほうれんそう	調製豆乳 せんべい クラッカー	エネルギー 521kcal たんぱく質 19.8g 脂質 14.6g
3	月	おにおにふくふく カレー マカロニサラダ スープ  果物	米、油、にんにく、しょうが、豚肉、たまねぎ にんじん、カレー粉、ケチャップ、ソース、食塩 米粉、赤ピーマン、レーズン マカロニ、にんじん、ハム、コーン缶、マヨドレ 三温糖、酢、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ブロッコリー かぼちゃ	麦茶 ヨーグルトゼリー ヨーグルト、上白糖 牛乳、レモン汁、ゼラチン ブルーベリージャム クラッカー	エネルギー 554kcal たんぱく質 19.8g 脂質 15.9g
4 25	火	あんかけ焼きうどん 白和え スープ 果物	うどん、油、鶏肉、はくさい、にんじん、たまねぎ かつお・昆布だし汁、酒、三温糖、食塩、しょうゆ チンゲンサイ 豆腐、かつお・昆布だし汁、ごま、しらたき ほうれんそう、しめじ、三温糖、しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、かぶ、かぶ葉、ねぎ	調製豆乳 フライドポテト じゃがいも、油、食塩 あおのり	エネルギー 425kcal たんぱく質 19.6g 脂質 16.6g
5 19	水	ごはん 鮭のフライ だいこんと りんごのサラダ 味噌汁 果物	米 鮭、食塩、小麦粉、パン粉、油 だいこん、りんご、きゅうり、油、三温糖、食塩、酢 煮干だし汁、みそ、にんじん、さといも、こまつな	牛乳 フレンチトースト 食パン、バター グラニュー糖、牛乳 メープルシロップ	エネルギー 560kcal たんぱく質 20.7g 脂質 15.7g
6 20	木	コッペパン 鶏肉のケチャップ煮 さつまいもの こぶきいも キャベツと ウインナーのスープ 果物	コッペパン 鶏肉、オリーブ油、たまねぎ、三温糖、ケチャップ ソース、食塩、ブロッコリー さつまいも、三温糖、しょうゆ かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ウインナー キャベツ、カリフラワー	麦茶 ピラフおにぎり 米、豚肉、コーン缶、酒 食塩、しょうゆ、パセリ粉	エネルギー 503kcal たんぱく質 19.3g 脂質 12.2g
7 21	金	麻婆豆腐丼 はるさめの酢の物 スープ 果物	米、豚肉、ごま油、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 豆腐、みそ、しょうゆ、三温糖、チンゲンサイ はるさめ、にんじん、きゅうり、みかん缶、三温糖 酢、しょうゆ かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし れんこん、万能ねぎ	牛乳  ストロベリー マープルブレッド 強力粉、上白糖、食塩 ドライイースト、バター いちごフリーズドライ、牛乳 いちごパウダー	エネルギー 573kcal たんぱく質 21.0g 脂質 15.9g
8 22	土	豚肉のマヨ炒め丼 野菜炒め 味噌汁 果物	米、豚肉、たまねぎ、こまつな、マヨドレ、食塩 ソース キャベツ、ツナ缶、にんじん、油、三温糖、しょうゆ かつお・昆布だし汁、みそ、さつまいも、カットわかめ	調製豆乳 せんべい クラッカー	エネルギー 525kcal たんぱく質 20.3g 脂質 14.5g
10	月	ごはん 筑前煮 かぶの酢漬け 味噌汁 果物	米 鶏肉、にんじん、れんこん、たまねぎ、ごぼう、ごま油 みりん、しょうゆ、いんげん かぶ、かぶ葉、三温糖、食塩、酢 煮干だし汁、みそ、豆腐、なめこ、ねぎ	牛乳 変わりチーズサンド 食パン、チーズ、マヨドレ ケチャップ、キャベツ はちみつ	エネルギー 518kcal たんぱく質 20.1g 脂質 15.3g

節分

献立表

2025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	
12	水	ポークカレー 根菜のサラダ スープ 果物	米、油、にんにく、しょうが、豚肉、たまねぎ にんじん、じゃがいも、カレー粉、ケチャップ ソース、食塩、油、小麦粉 れんこん、ごぼう、ブロッコリー、マヨドレ、食塩 三温糖、酢 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし カットわかめ	調製豆乳 里芋のごま味噌ビーフン ビーフン、さといも こまつな、にんじん みそ、ごま、上白糖、酒 みりん	エネルギー 547kcal たんぱく質 19.2g 脂質 15.7g	
13	27	木	ロールパン 豚肉と チンゲンサイの炒め にんじん甘煮 トマトスープ 果物	ロールパン 豚肉、たまねぎ、チンゲンサイ、油、食塩、しょうゆ にんじん、三温糖、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、オリーブ油 にんにく、キャベツ、トマト缶、セロリ	麦茶 ごぼうチャーハンおにぎり 米、酒、ごぼう、ベーコン 三温糖、みそ、食塩	エネルギー 511kcal たんぱく質 19.6g 脂質 15.3g
14	金	納豆ごはん さわらの照り煮 カリフラワーのソテー 味噌汁 果物	米、納豆、のり、かつお節、ねぎ、しょうゆ さわら、みりん、しょうゆ カリフラワー、しめじ、いんげん、油、みりん、しょうゆ 煮干だし汁、みそ、にんじん、だいこん、万能ねぎ	牛乳 バレンタインクッキー 小麦粉、上白糖、牛乳 バター、ココア	 エネルギー 554kcal たんぱく質 21.9g 脂質 17.5g	
17	月	ごはん 豚肉の にんにくみそ炒め マカロニサラダ スープ 果物	米 豚肉、たまねぎ、油、にんにく、三温糖、酒、みそ ごま油、万能ねぎ マカロニ、にんじん、ハム、コーン缶、マヨドレ 三温糖、酢、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、ブロッコリー かぼちゃ	麦茶 ヨーグルトゼリー ヨーグルト、上白糖、牛乳 レモン汁、ゼラチン ブルーベリージャム クラッカー	エネルギー 506kcal たんぱく質 20.6g 脂質 13.1g	
26	水	ポークカレー ひまわり印 ドレッシングサラダ スープ 果物	米、油、にんにく、しょうが、豚肉、たまねぎ にんじん、じゃがいも、カレー粉、ケチャップ ソース、食塩、小麦粉 トマト、きゅうり、ブロッコリー、しょうゆ、三温糖 ごま油 かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、もやし カットわかめ	ぶどうジュース いろいろなかたちのパン 強力粉、食塩、牛乳 ドライイースト、バター ココア、上白糖	エネルギー 574kcal たんぱく質 17.9g 脂質 12.1g	
28	金	納豆ごはん さわらの照り煮 カリフラワーのソテー 具だくさん味噌汁 果物	米、納豆、のり、かつお節、ねぎ、しょうゆ さわら、みりん、しょうゆ カリフラワー、しめじ、いんげん、油、みりん、しょうゆ 煮干だし汁、みそ、にんじん、だいこん、万能ねぎ	牛乳 変わりチーズサンド 食パン、チーズ、マヨドレ ケチャップ、キャベツ はちみつ	エネルギー 523kcal たんぱく質 23.8g 脂質 15.0g	
18	誕生会	チキンライス ハンバーグ 温野菜 チャウダースープ 果物	米、トマトジュース、鶏肉、たまねぎ、にんじん コーン缶、食塩 豚肉、豆腐、たまねぎ、パン粉、牛乳、油、食塩 ソース いんげん、にんじん、三温糖、食塩 かつお・昆布だし汁、食塩、じゃがいも、にんじん たまねぎ、ベーコン、牛乳	オレンジジュース ロールケーキ 卵、上白糖、小麦粉 牛乳、粉糖、いちご 生クリーム、バター	エネルギー 571kcal たんぱく質 19.6g 脂質 17.7g	

だいたい
リクエスト
メニュー



※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。

※パン類は卵無しものを提供しています。乳は含みます。

※ハム・ベーコン・ウインナーは乳・卵無しのものを使用しています。

