



令和7年2月 さくらの木保育園 献立表



・行事・材料等の都合により献立が変更することもありますのでご了承ください。
 ・1. 2歳児は午前中に牛乳を飲みます。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
1 ・ 15 (土)	ナポリタン 白菜とツナのサラダ こふき芋 牛乳 果物	・スパゲティ ピーマン 人参 玉葱 ウインナー ケチャップ 塩 粉チーズ パセリ粉 オリーブ油 ・白菜 人参 ツナ缶 酢 三温糖 塩 油 ・じゃが芋 塩 ・牛乳	牛乳 ●クッキー せんべい	エネルギー 561kcal たんぱく質 19.0g
3 (月) 節分 メニュー	おにっごは ししゃもの磯辺揚げ れんこんとさつま芋の きんぴら 豚汁 果物	・米 胚芽米 人参 しらす 大豆 ひじき 三温糖 酒 しょうゆ 海苔 ・ししゃも 青のり 小麦粉 油 塩 ・さつま芋 れんこん 胡麻油 しょうゆ 三温糖 胡麻 ・豚肉 大根 ごぼう 里芋 こんにやく 厚揚げ 長葱 煮干 味噌	牛乳 おにさん蒸しパン ・小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 三温糖 生クリーム いちご ココア	エネルギー 590kcal たんぱく質 22.7g
4 ・ 18 (火)	サンドイッチ クリームシチュー かぶのホットサラダ 果物	・■食パン バター ツナ缶 塩 マヨネーズ きゅうり ハム ・鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 クリームコーン缶 コーン缶 油 牛乳 昆布 バター 小麦粉 塩 パセリ粉 ・かぶ カリフラワー ベーコン 人参 しょうゆ オリーブ油 三温糖 塩	麦茶 ポパイスコーン ・小麦粉 ベーキングパウダー バター 三温糖 牛乳 ほうれん草	エネルギー 527kcal たんぱく質 18.6g
5 ・ 19 (水)	担々うどん 里芋の素揚げ トマト 果物	・うどん 豚肉 もやし 玉葱 人参 たら 長葱 にんにく 生姜 胡麻油 昆布鰹節 味噌 しょうゆ 味醂 三温糖 塩 ・里芋 油 ・トマト	牛乳 たまごはん焼き ・米 卵 鰹節 長葱 しょうゆ 油	エネルギー 500kcal たんぱく質 17.5g
6 (木)	ごはん ちゃんちゃん焼き お浸し けんちん汁 果物	・米 ・鮭 塩 油 キャベツ 人参 しめじ 味噌 味醂 酒 しょうゆ バター ・ほうれん草 人参 しょうゆ 鰹節 ・大根 ごぼう 豆腐 長葱 こんにやく 昆布鰹節 しょうゆ 塩	牛乳 たこ焼きポテト ・じゃが芋 片栗粉 油 ソース 青のり たこ	エネルギー 533kcal たんぱく質 24.0g
7 ・ 21 (金)	わかめごはん 厚揚げのうま煮 じゃこサラダ 味噌汁 果物	・米 炊き込みわかめ ・豚肉 厚揚げ 白菜 人参 にんにく 油 しょうゆ 三温糖 酒 片栗粉 ・大根 小松菜 しらす 酢 三温糖 しょうゆ 胡麻油 ・玉葱 もやし わかめ 煮干 味噌	牛乳 くるくるあんこパイ ・パイシート こしあん グラニュー糖	エネルギー 505kcal たんぱく質 19.9g
8 ・ 22 (土)	ロールパン ポークチャップ フレンチサラダ 牛乳 果物	・■ロールパン ・豚肉 塩 片栗粉 油 ケチャップ ソース 三温糖 ・キャベツ 人参 きゅうり 酢 三温糖 油 塩 ・牛乳	牛乳 ■ビスケット せんべい	エネルギー 501kcal たんぱく質 22.9g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
10 (月) ・ 28 (金) 	ごはん キョフテ チョパン・サラタス (羊飼いのサラダ) すまし汁 果物	・米 ・豚肉 玉葱 塩 パン粉 牛乳 カレー粉 油 ケチャップ ソース 三温糖 ・トマト きゅうり 玉葱 カリフラワー レモン果汁 酢 三温糖 塩 オリーブ油 ・大根 小松菜 えのき 昆布鰹節 しょうゆ 塩	牛乳 マーラーカオ ・小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 黒糖 しょうゆ 油 	エネルギー 525kcal たんぱく質 18.2g
25 (火)	ぶどうパン 照り焼きチキン 花野菜の カレーマヨ和え ココロ野菜スープ 果物	・■ぶどうパン ・鶏肉 しょうゆ 味醂 酒 ・ブロッコリー カリフラワー キャベツ カレー粉 マヨネーズ ・じゃが芋 人参 玉葱 白菜 ベーコン 昆布鰹節 しょうゆ 塩	牛乳 おかか昆布おにぎり ・米 鰹節 塩昆布	エネルギー 509kcal たんぱく質 22.2g
12 ・ 26 (水)	ごはん 鯖の竜田揚げ 切干大根の煮物 味噌汁 果物	・米 ・鯖 しょうゆ 酒 生姜 片栗粉 油 ・切干大根 油揚げ 人参 しょうゆ 三温糖 味醂 ・豆腐 ほうれん草 玉葱 ごぼう 味噌 煮干	牛乳 白菜のクリームパスタ ・スパゲッティ 白菜 玉葱 ベーコン 生クリーム 牛乳 塩 バター 小麦粉	エネルギー 536kcal たんぱく質 22.2g
13 ・ 27 (木)	中華そば チンゲン菜の酢和え トマト 果物	・中華麺 焼豚 人参 にんにく ほうれん草 もやし 長葱 煮干 昆布鰹節 胡麻油 塩 しょうゆ ・チンゲン菜 人参 しょうゆ 酢 三温糖 胡麻油 ・トマト	牛乳 ミルクドック ・■コッペパン バター スキムミルク 三温糖	エネルギー 504kcal たんぱく質 19.8g
14 (金)	カレーライス 大根のさっぱりサラダ れんこんスープ 果物	・米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 生姜 にんにく セロリ はちみつ ケチャップ ソース 塩 しょうゆ バター 油 小麦粉 カレー粉 りんご ・大根 きゅうり わかめ 酢 三温糖 しょうゆ ・れんこん 玉葱 ほうれん草 昆布鰹節 塩 しょうゆ	牛乳 ハートのブラウニー ・小麦粉 ベーキングパウダー バター 牛乳 三温糖 ココア いちごパウダー	エネルギー 567kcal たんぱく質 17.9g
17 (月)	ごはん 豚肉の塩麴焼き 和風マカロニサラダ 味噌汁 果物	・米 ・豚肉 長葱 にんにく 生姜 塩 ・マカロニ 人参 しらす 塩昆布 胡麻 胡麻油 三温糖 しょうゆ 万能葱 ・豆腐 大根 人参 里芋 ごぼう 味噌 煮干	麦茶 ウインナーパン ・強力粉 三温糖 塩 イースト ウインナー ケチャップ パセリ粉	エネルギー 524kcal たんぱく質 21.1g
20 (木) 誕生 会 	パセリライス ポテトコロケ ハムサラダ お星様スープ 果物	・米 パセリ粉 ・じゃが芋 豚肉 玉葱 人参 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース ・キャベツ 人参 コーン缶 ハム 酢 三温糖 塩 ・そうめん 玉葱 人参 チンゲン菜 しょうゆ 塩 昆布鰹節	りんごジュース カラフルドーナツ ・ホットケーキミックス 豆腐 油 牛乳 ココア いちごパウダー 南瓜パウダー 生クリーム ほうれん草パウダー	エネルギー 586kcal たんぱく質 17.6g