

2月の予定献立表（未満児）



日/ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)		栄養価	日/ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)		栄養価
		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	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	3時おやつ	
2 一 月 一	恵方巻き シューイマイ チンゲン菜のナムル 豆腐すまし汁	米、パン 豆乳、卵、豆腐、 かぼちゃ、えび、 でんぶ、豚肉、牛乳 あんぱん	チキンカツ、せり、 入のき、きゅうり、 ねぎ、コーン、のり しいだけ、かんぴょう、 だまねぎ	牛乳 おさつでほん 牛乳 たんぱく質 20.9 g 脂 質 15.0 g 食 塩 2.3 g	19 一 木	コッペパン 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ こまつなのスープ	パン 牛乳、豚肉、豆腐、 ハム	牛乳 ほしこせんべい 牛乳 たんぱく質 19.0 g 脂 質 19.2 g 食 塩 1.4 g	エネルギー 390 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 19.2 g 食 塩 1.4 g
3 一 火 一	豆乳パン ポークピーンズ 切干大根のサラダ 野菜コンスープ	パン、じゃがいも 牛乳、豆乳、豚肉、 大豆、クリーム、 ベーコン	たまねぎ、にんじん、 トマト、きゅうり、 キャベツ、コーン、 たいこん、いちご	牛乳 きなこせんべい 牛乳 おにカステラ・ハートいちご	20 一 金	ごはん 納豆 たらの磯辺焼き 小松菜の野菜炒め かぶのみぞ汁	米、うどん 牛乳、たら、 納豆、豚肉、油揚げ	牛乳 つなっこ 牛乳 おやつ焼きうどん	エネルギー 471 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 16.3 g 食 塩 1.8 g
4 一 水 一	ごはん さばのみぞ煮 豚肉の野菜炒め なめこみそ汁	米 牛乳、さば、豆腐、 豚肉	ほくさい、もやし、 なめこ、にんじん、 ビーマン、ねぎ	牛乳 リツクリッカーパー 牛乳 フレークスナック	21 一 土	ごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え 凍り豆腐のみぞ汁	米、じゃがいも 牛乳、豚肉、 凍り豆腐	牛乳 ほしらべ 牛乳 バナナ ピスケット	エネルギー 502 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 18.4 g 食 塩 1.4 g
5 一 木 一	ごはん マー婆ー豆腐 ほうれん草のお浸し わかめスープ	米、さつまいも 牛乳、豆腐、豚肉、 凍り豆腐	ほうれんそう、ねぎ、 もやし、にら、にんじん、 グリンピース、わかめ、 りんご	牛乳 ほしこせんべい 牛乳 りんごとさつま芋の甘煮	23 一 月	天皇誕生日			
6 一 金 一	ごはん 鶏肉の照り焼き プロッコリーのチーズ焼き たまねぎのみぞ汁	米、さといも 牛乳、鶏肉、豚肉、 チーズ	キャベツ、たまねぎ、 プロッコリー、こまつな、 にんじん、コーン、わかめ	牛乳 つなっこ 牛乳 ホット	24 一 火	ごはん 厚揚げのケチャップ煮 キャベツとわかめの酢の物 もやしのみぞ汁	米、じゃがいも 牛乳、生揚げ、豚肉	牛乳 きなこせんべい 牛乳 ベイクドじゃが	エネルギー 407 kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 15.2 g 食 塩 1.2 g
7 一 土 一	焼きそば ほうれん草のツナあえ じゃがいものスープ	焼きそばめん、 じゃがいも 牛乳、豚肉、ツナ	ほうれんそう、もやし、 キャベツ、たまねぎ、 にんじん、あおのり	牛乳 味しらべ 牛乳 クレープ	25 一 水	わかめごはん 厚焼き卵 こまつな納豆あえ けんちん汁	米 牛乳、卵、豆腐、 鶏肉、納豆	牛乳 リツクリッカーパー 牛乳 ごまドーナツ	エネルギー 537 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 22.8 g 食 塩 1.4 g
9 一 月 一	食パン ぶりのフライ キャベツの胡麻マヨネーズあえ 鶏肉と白菜のスープ	パン、じゃがいも 牛乳、鶏肉、ちくわ	キャベツ、ほくさい、 にんじん、にら	牛乳 おさつでほん 牛乳 ハッシュドポテト	26 一 木	ごはん 鮭と白菜の塩麹蒸し 卵の花炒り 切干し大根のみぞ汁	米、パン 牛乳、さけ、 おから、鶏肉、 きな粉	牛乳 ほしこせんべい 牛乳 きなこトースト	エネルギー 383 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 10.2 g 食 塩 1.4 g
10 一 火 一	ごはん 八宝菜 いんげんのごま和え さつまいものみぞ汁	米、さつまいも 牛乳、豚肉、チーズ、ハム	ほくさい、いんげん、 もやし、にんじん、 たまねぎ、ねぎ、たけのこ、 しいだけ、わかめ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 餃子の皮ピザ	27 一 金	食パン 肉団子 プロッコリーとコーンのソテー クリームシチュー	パン、じゃがいも、 スパゲティ 牛乳、豚肉、 豆乳、ハム	牛乳 つなっこ 牛乳 和風スパゲティ	エネルギー 476 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 19.7 g 食 塩 1.9 g
11 一 水 一	建国記念日				28 一 土	三色どんぶり ベイクドじゃが 豆腐みぞ汁	米、じゃがいも 牛乳、鶏肉、豆腐	牛乳 味しらべ 牛乳 オレンジ クッキー	エネルギー 503 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 20.5 g 食 塩 1.2 g
12 一 木 一	ごはん 豚肉とたまねぎのカレー炒め さつぱりボテサラダ キャベツのみぞ汁	米、じゃがいも 牛乳、豚肉、豆腐、 ハム	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、キャベツ、 ビーマン、バナナ	牛乳 ほしこせんべい 牛乳 バナナ					
13 一 金 一	ごはん 鶏肉のみぞ焼き ひじきと大豆の煮物 豚汁	米 牛乳、鶏肉、豚肉、 だいすき、油揚げ	たいこん、にんじん、 キャベツ、ねぎ、ごぼう、 さやえんどう、ひじき	牛乳 つなっこ 牛乳 せんべい					
14 一 土 一	ビビンバ チーズ おくらと豆腐のスープ	米 牛乳、鶏肉、豆腐、 チーズ	もやし、ほうれんそう、 にんじん、ねぎ、オクラ	牛乳 味しらべ 牛乳 たいやき					
16 一 月 一	ごはん かじきのさつぱり甘酢ソース ほうれん草のナムル 白菜のみぞ汁	米、さつまいも 牛乳、かじき、 生揚げ	ほうれんそう、ほくさい、 もやし、たまねぎ、にんじん	牛乳 おさつでほん 牛乳 大学芋	エネルギー 479 kcal たんぱく質 18 g 脂 質 17 g 食 塩 1.2 g				
17 一 火 一	ごはん ローストチキン かぼちゃとブロッコリーの和風あん 玉ねぎとセロリのスープ	米 牛乳、鶏肉	たまねぎ、かぼちゃ、 プロッコリー、にんじん、 セロリ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 シュガーバイ	エネルギー 417 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 15.9 g 食 塩 1.2 g				
18 一 水 一	ごはん 豚肉の生姜炒め チンゲン菜のあんかけ たいこんのみぞ汁	米 牛乳、豚肉、 豆乳、生揚げ	チンゲンサイ、たまねぎ、 にんじん、たいこん、 えのきだけ	牛乳 リツクリッカーパー 牛乳 ココア蒸しパン	エネルギー 511 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 19.3 g 食 塩 1.4 g				

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更があった際は追って連絡いたします。
2月3日（火）は誕生会メニューです。



KAED HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS



2月の予定献立表(以上児)

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)		栄養価	日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)		栄養価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの		
2 一 月 一	恵方巻き シュウマイ チンゲン菜のナムル 豆腐すまし	米、パン	豆乳、卵、豆腐、 かぼこ、えび、 でんぶ、豚肉	チングルサイ、もやし、 えのきけり、きゅうり、 ねぎ、コーン、のり、 しいたけ、かんぴょう、 たまねぎ	3時おやつ 豆乳 あんぱん	エネルギー 535 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 13.2 g 食 塩 2.6 g	19 木	コッペパン 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ こまつなスープ	パン	エネルギー 514 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 24.2 g 食 塩 1.8 g
3 一 火	豆乳パン ポークピーンズ 切干大根のサラダ 野菜コーンスープ	パン、じゃがいも	牛乳、豆乳、豚肉、 大豆、クリーム、 ベーコン	なまねぎ、にんじん、 トマト、きゅうり、 キャベツ、コーン、 だいこん、いちご	エネルギー 608 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 21.1 g 食 塩 1.8 g	20 金	ごはん 納豆 たらの磯辺焼き 小松菜の野菜炒め かぶのみそ汁	米、うどん	牛乳、豚肉、油揚げ キャベツ、かぶ、もやし、 こまつな、ビーマン、 にんじん、あおのり	エネルギー 504 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 14.6 g 食 塩 2.1 g
4 一 水	ごはん さばのみそ煮 豚肉の野菜炒め なめこみそ汁	米	牛乳、さば、 豆腐、豚肉	はくさい、もやし、なめこ、 にんじん、ビーマン、ねぎ	エネルギー 560 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 20.5 g 食 塩 1.9 g	21 土	ごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え 凍り豆腐のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、 凍り豆腐	エネルギー 549 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 17.6 g 食 塩 1.5 g
5 一 木	ごはん マー婆ー豆腐 ほうれん草のお浸し わかめスープ	米、さつまいも	牛乳、豆腐、 豚肉、凍り豆腐	ほうれんそう、ねぎ、 もやし、にら、にんじん、 グリーンピース、わかめ、 りんご	エネルギー 503 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 16.2 g 食 塩 1.7 g	23 月	天皇誕生日			
6 一 金	ごはん 鶏肉の照り焼き ブロッコリーのチーズ焼き たまねぎのみそ汁	米、さといも	牛乳、鶏肉、 豚肉、チーズ	キャベツ、たまねぎ、 ブロッコリー、こまつな、 にんじん、コーン、わかめ	エネルギー 506 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 18.2 g 食 塩 1.9 g	24 火	ごはん 厚揚げのケチャップ煮 キャベツとわかめの酢の物 もやしのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、生揚げ、 豚肉	エネルギー 506 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 18.4 g 食 塩 1.4 g
7 一 土	焼きそば ほうれん草のツナあえ じゃがいものスープ	焼そばめん、 じゃがいも	牛乳、豚肉、ツナ	ほうれんそう、もやし、 キャベツ、たまねぎ、 にんじん、あおり	エネルギー 455 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 18.4 g 食 塩 2.2 g	25 水	わかめごはん 厚焼き卵 こまつな納豆あえ けんちん汁	米	牛乳、卵、豆腐、 鶏肉、納豆	エネルギー 559 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 21.9 g 食 塩 1.7 g
9 一 月	食パン ぶりのフライ キャベツの胡麻マヨネーズあえ 鶏肉と白菜のスープ	パン、じゃがいも	牛乳、鶏肉、ちくわ	キャベツ、はくさい、 にんじん、にら	エネルギー 466 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 17.9 g 食 塩 2.2 g	26 木	ごはん 鯛と白菜の塩麹蒸し 卵の花炒り 切り大根のみそ汁	米、パン	牛乳、さけ、きな 粉、おから、鶏肉	エネルギー 525 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 14.0 g 食 塩 1.8 g
10 一 火	ごはん 八宝菜 いんげんのごま和え さつまいものみそ汁	米、さつまいも	牛乳、豚肉、 チーズ、ハム	はくさい、いんげん、 もやし、にんじん、 たまねぎ、ねぎ、たけのこ、 しいたけ、わかめ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 16.3 g 食 塩 1.9 g	27 金	食パン 肉団子 ブロッコリーとコーンのソテー クリームシチュー	パン、じゃがいも、 スパゲティ	牛乳、豚肉、豆乳、 ハム	エネルギー 524 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 19.6 g 食 塩 2.2 g
11 一 水	建国記念日					28 土	三色どんぶり パイクドしゃが 豆腐みそ汁	米、じゃがいも	牛乳、鶏肉、豆腐 にんじん、ほうれんそう、 たまねぎ、あおり、 オレンジ	エネルギー 536 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 18.9 g 食 塩 1.2 g
12 一 木	ごはん 豚肉とたまねぎのカレー炒め さつまいボテトサラダ キャベツのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、 豆腐、ハム	パナ、たまねぎ、 にんじん、きゅうり、 キャベツ、ビーマン	エネルギー 664 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 21.6 g 食 塩 1.6 g					
13 一 金	ごはん 鶏肉のみそ焼き ひじきと大豆の煮物2 豚汁	米	牛乳、鶏肉、豚肉、 だいす、油揚げ	だいこん、にんじん、 キャベツ、ねぎ、こぼう、 さやえんどう、ひじき	エネルギー 584 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 22.8 g 食 塩 1.6 g					
14 一 土	ビビンバ チーズ おくらと豆腐のスープ	米	牛乳、鶏肉、豆腐、 チーズ	もやし、ほうれんそう、 にんじん、ねぎ、オクラ	エネルギー 505 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 15.9 g 食 塩 1.7 g					
16 一 月	ごはん かじきのさっぱり甘酢ソース ほうれん草のナムル 白菜のみそ汁	米、さつまいも	牛乳、かじき、 生姜!	ほうれんそう、はくさい、 もやし、たまねぎ、にんじん	エネルギー 549 kcal たんぱく質 21 g 脂 質 18 g 食 塩 1.4 g		食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更があった際は追って連絡いたします。 2月3日(火)は誕生会メニューです。			
17 一 火	ごはん ローストチキン かぼちゃとブロッコリーの和風あん 玉ねぎとセロリのスープ	米	牛乳、鶏肉	たまねぎ、かぼちゃ、 ブロッコリー、にんじん、 セロリー	エネルギー 518 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 19.3 g 食 塩 1.5 g					
18 一 水	ごはん 豚肉の生姜炒め チンゲン菜のあんかけ だいこんのみそ汁	米	牛乳、豚肉、豆乳、 生姜!	チングルサイ、たまねぎ、 にんじん、だいこん、 えのきだけ	エネルギー 535 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 24.8 g 食 塩 1.6 g					

