

2021年度 2月 給食献立予定表

認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			赤	緑	黄		
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの		
1 火	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリー フレンチサラダ 野菜スープ	鶏もも肉 ロースハム	果物 ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ 人参 たけのこ もやし しめじ	米 押麦 マーマレード 油 砂糖	麦茶 シリアルバー	<節分> 3日は節分の 献立です。 ケチャップライ スで鬼の顔を 作ります。 邪気を追い払 うためのイワシ の代わりに小 魚を食べま す。
2 水	○	麦ご飯 果物 さばの香味焼き 干草和え みそ汁	さば 油揚げ 油揚げ みそ	果物 ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 しらたき 玉ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖 砂糖 ごま油 さつま芋	麦茶 マカロニきな粉	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
3 木	○	鬼ライス ヨーグルト 小魚 真だくさん汁	ウインナー 黒豆 ヨーグルト いわし 豆腐 油揚げ みそ	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー	米 押麦 焼きそば ごま油 油	麦茶 ポップコーン かみかみ昆布	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
4 金	○	食パン 果物 魚のフライ ポテトサラダ コーン豆乳スープ	しいら ロースハム 豆乳	果物 ブロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ コーン	食パン 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも マヨネーズ	麦茶 たご焼き	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
5 土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 すまし汁	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし わかめ	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ 果物 人参 たけのこ ねぎ	片栗粉 ごま油	麦茶 源氏パイ	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
7 月	○	麦ご飯 果物 魚のごま照り焼き ブロッコリー 五目きんぴら 大根スープ	カラスカレイ ベーコン	果物 ブロッコリー ごぼう 人参 しらたき いんげん 大根 人参 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 ごま 砂糖 ごま油 砂糖	麦茶 ヨーグルト	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
8 火	○	カレーライス もやしのナムル 小魚 ミニゼリー	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん もやし 人参	じゃがいも カレールウ 米 押麦 ごま油	麦茶 米粉のケーキ	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
9 水	○	スパゲティーミートソース コールスローサラダ 果物 豆腐のスープ	豚ひき肉 ロースハム 豆腐 わかめ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん キャベツ 人参 きゅうり 果物 玉ねぎ たけのこ	スパゲティー 油 砂糖 油 砂糖	麦茶 おにぎり	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
10 木	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き 幼児 塩昆布和え おかず持参 豚汁	生鮭 みそ 塩昆布 豚もも肉 豆腐 油揚げ みそ	果物 キャベツ 人参 大根 人参 ごぼう こんにゃく ねぎ	米 押麦 砂糖	麦茶 揚げパン	年の数を数え ながら節分豆 (炒り大豆)を 食べる習わし がありますが、 豆を食べる時 はゆっくりと良 く噛んで食べ るようにしま しょう。
12 土	○	チキンライス 果物 枝豆 焼ポテト 野菜スープ	鶏もも肉 ベーコン	玉ねぎ 人参 ピーマン 果物 枝豆	米 押麦 じゃがいも 油	麦茶 せんべい	<バレンタイン> 14日はバ レンタイン デーですね ♡ 園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
14 月	○	黒米ご飯 果物(バナナチョコ) コロッケ フレンチサラダ きのこのスープ	豚ひき肉 ロースハム ベーコン	バナナ 玉ねぎ きゅうり 人参 コーン キャベツ 人参 しいたけ えのき エリンギ	チョコシロップ 米 黒米 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 ココアクッキー	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
15 火	○	麦ご飯 果物 赤魚の煮付け 中華大根サラダ みそ汁	赤魚 ツナ 油揚げ みそ	果物 大根 きゅうり 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 砂糖 ごま油 じゃがいも	麦茶 プリン	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
16 水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリー 切干大根煮 みそ汁	鶏もも肉 油揚げ みそ	果物 りんご レモン ブロッコリー 切干大根 人参 いんげん 白菜 しいたけ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 ふかし芋	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
17 木	○	ラーメン 煮豆 小魚 果物	豚もも肉 なんと 金時豆 いわし	キャベツ 人参 もやし たけのこ しめじ	中華生麺 ごま油 砂糖	麦茶 おにぎり	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
18 金	○	ロールパン 果物 ハンバーグ フライドポテトカレー風味 白菜スープ	豚ひき肉 豆腐 ベーコン	果物 玉ねぎ 人参 白菜 玉ねぎ 人参 しいたけ	ロールパン パン粉 じゃがいも 油	麦茶 パバロア ハイハイ	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
19 土	○	中華丼 チーズ 果物 みそ汁	豚もも肉 なんと チーズ 油揚げ みそ	キャベツ 人参 筍 玉ねぎ ピーマン 椎茸	米 押麦 片栗粉	麦茶 せんべい	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
21 月	○	麦ご飯 果物 まぐろのケチャップ和え 伊豆きのこサラダ みそ汁	かじきまぐろ わかめ ツナ 豆腐 油揚げ みそ	果物 ブロッコリー キャベツ しいたけ エリンギ 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 油 砂糖	麦茶 ふわっとふー	<シェパーズパイ> 22日は姉妹園 「かめき保育 園」のおすす めメニューで す。 ミートソース にマッシュポ テトを乗せて 焼くイギリ スの代表的 な料理のひ とつです。 お楽しみに♡
22 火	○	食パン ミニゼリー シェパーズパイ フレンチサラダ わかめスープ	豚ひき肉 生クリーム わかめ ベーコン	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ	食パン じゃがいも 油 砂糖	麦茶 バナナ	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
24 木	○	麦ご飯 果物 鮭のコーンマヨネーズ焼き ブロッコリー ほうれん草ともやしの磯和え みそ汁	生鮭 のり みそ	果物 コーン ブロッコリー ほうれん草 もやし 人参 なめこ 大根 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ ごま油	麦茶 焼きいも	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
25 金	○	麦ご飯 果物 チキンカツ トマト 大豆の磯煮 みそ汁	鶏もも肉 大豆 ひじき 油揚げ みそ	果物 トマト 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖 麩	麦茶 サンドパン	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
26 土	○	焼きそば 枝豆 果物 ポテトスープ	豚もも肉 枝豆 果物	キャベツ 人参 ピーマン 玉ねぎ 枝豆 果物	中華蒸麺 ごま油	麦茶 源氏パイ	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。
28 月	○	麦ご飯 果物 豆腐の真砂揚げ キャベツのおかか和え みそ汁	豆腐 鶏ひき肉 ひじき かつお節 油揚げ みそ	果物 人参 キャベツ 人参 きゅうり 白菜 しいたけ	米 押麦 砂糖 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 みたらしまカロニ	園の給食で はバナナに 少しだけ チョコシロッ プをかけて デザートで 食べます。



※屋の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています
※ 栄養価は、お昼とおやつとの合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児	491kcal	23.3g	17.1g	1.6g
幼児	554kcal	23.1g	17.4g	2.0g

