



# 2月 献立表



令和7年

マロニエ幼稚園

| 日  | 曜 | 献立名         |                                                      |                              | あか                          | きいろ                                                       | みどり                                                                | その他                                                         |
|----|---|-------------|------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|    |   | 朝おやつ        | 昼食                                                   | おやつ                          | 体をつくる<br>血や肉になる             | 力や体温のもとになる                                                | 体の調子を整える                                                           |                                                             |
| 3  | 月 | ウエハース<br>麦茶 | <b>【立春・節分】ご飯 すまし汁<br/>おにぎりパン<br/>オレンジ 麦茶</b>         | マーブル蒸しパン<br>牛乳               | 油揚げ 豚肉 木綿豆腐<br>ウインナー 牛乳     | 米 パン粉 蒸し中華麺 油<br>砂糖 薄力粉 ウエハース                             | 干しいたけ 大根 ほうれん草<br>昆布 玉ねぎ コーン ブロッコリー<br>オレンジ                        | 水 塩 こいくちしょうゆ<br>中濃ソース<br>トマトケチャップ 麦茶<br>ベーキングパウダー<br>ココア    |
| 4  | 火 | ビスケット<br>麦茶 | 青のりご飯 味噌汁<br>ひき肉入り玉子焼き<br>小松菜のお浸し チーズ 麦茶             | シュガーラスク<br>牛乳                | 厚揚げ 味噌 鶏卵 豚肉<br>かつお節 チーズ 牛乳 | 米 油 砂糖 食パン<br>無塩バター グラニュー糖<br>マンナビスケット                    | 青のり 干しいたけ えのき茸<br>万能ねぎ 昆布 ひじき 人参<br>小松菜 もやし                        | 水 塩 料理酒<br>こいくちしょうゆ 麦茶                                      |
| 5  | 水 | クラッカー<br>麦茶 | ご飯 味噌汁<br>肉野菜炒め<br>切干大根のサラダ りんご 麦茶                   | ヨーグルト<br>せんべい<br>麦茶          | 味噌 鶏肉 ヨーグルト<br>スキムミルク       | 米 じゃが芋 小切麩 油<br>砂糖 ごま ごま油<br>せんべい クラッカー                   | 干しいたけ チンゲン菜 昆布<br>玉ねぎ 人参 切干大根 きゅうり<br>りんご                          | 水 こいくちしょうゆ<br>料理酒 塩 穀物酢<br>麦茶                               |
| 6  | 木 | ウエハース<br>麦茶 | いなりご飯 味噌汁<br>しもつかれ風 パナナ 麦茶                           | カップケーキ<br>牛乳                 | 油揚げ 味噌 さつま揚げ<br>鶏卵 牛乳       | 米 砂糖 ごま さつま芋<br>無塩バター 薄力粉<br>ウエハース                        | 人参 干しいたけ さやいんげん<br>しめじ 長ねぎ 昆布 大根 パナナ                               | 水 穀物酢 塩<br>塩 水 こいくちしょうゆ みりん<br>万能つゆ 麦茶<br>ベーキングパウダー         |
| 7  | 金 | ビスケット<br>麦茶 | 黒米入りご飯<br>キーマカレー<br>野菜スティック オレンジ 牛乳                  | ふかし芋<br>麦茶                   | 豚肉 味噌 牛乳                    | 米 黒米 じゃが芋 油<br>ノンエッグマヨネーズ<br>さつま芋 マンナビスケット                | 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり<br>オレンジ                                             | 水 カレールウ 麦茶                                                  |
| 10 | 月 | ウエハース<br>麦茶 | ご飯 味噌汁<br>まぐろのフライ<br>野菜ソテー チーズ 麦茶                    | ココアちんすこう<br>麦茶               | 油揚げ 味噌 まぐろフライ<br>チーズ        | 米 油 片栗粉 薄力粉<br>砂糖 ウエハース                                   | 干しいたけ 南瓜 長ねぎ 昆布<br>キャベツ チンゲン菜 パプリカ                                 | 水 トマトケチャップ<br>中濃ソース<br>チキンスープの素 塩<br>麦茶<br>ベーキングパウダー<br>ココア |
| 12 | 水 | クラッカー<br>麦茶 | ご飯 味噌汁<br>鶏肉の塩こうじ焼き<br>納豆和え ジョア 麦茶                   | ゼリー(グレープフルーツ味)<br>せんべい<br>麦茶 | 味噌 鶏肉 納豆 ジョア                | 米 さつま芋 塩こうじ<br>グレープフルーツゼリーの素 せんべい<br>クラッカー                | 干しいたけ 玉ねぎ わかめ 昆布<br>白菜 人参 小松菜                                      | 水 こいくちしょうゆ 麦茶                                               |
| 13 | 木 | ウエハース<br>麦茶 | 練馬スバゲティ コンソメスープ<br>花野菜サラダ ぶどうゼリー 牛乳                  | わかめおにぎり<br>麦茶                | かつおフレーク 牛乳                  | スバゲティ 油 無塩バター<br>砂糖 米 ウエハース                               | 大根 焼きのり 玉ねぎ 人参<br>しめじ ブロッコリー カリフラワー<br>キャベツ ぶどうジュース アガー<br>わかめご飯の素 | 穀物酢 こいくちしょうゆ<br>塩 水 チキンスープの素<br>麦茶                          |
| 14 | 金 | ビスケット<br>麦茶 | ご飯 味噌汁<br>豚肉と大根の煮物<br>小松菜のオーロラソース和え りんご<br>麦茶        | ハートのココアクッキー<br>牛乳            | 厚揚げ 味噌 豚肉 鶏卵<br>牛乳          | 米 砂糖<br>ノンエッグマヨネーズ<br>無塩バター 薄力粉<br>マンナビスケット               | 干しいたけ 白菜 えのき茸 昆布<br>大根 人参 グリンピース 小松菜<br>もやし りんご                    | 水 万能つゆ みりん<br>トマトケチャップ 麦茶<br>ココア                            |
| 17 | 月 | ウエハース<br>麦茶 | チャーハン ビーフンスープ<br>中華ドレッシングサラダ りんご<br>麦茶               | ジャムサンドクラッカー<br>牛乳            | 豚肉 牛乳                       | 米 油 ごま油 ビーフン<br>砂糖 ごま いちごジャム<br>クラッカー ウエハース               | 玉ねぎ ビーマン 人参<br>干しいたけ 長ねぎ キャベツ<br>小松菜 りんご                           | 水 チキンスープの素<br>こいくちしょうゆ 塩<br>穀物酢 麦茶                          |
| 18 | 火 | ビスケット<br>麦茶 | <b>【雨水】大根ご飯 すまし汁<br/>さばの味噌煮<br/>なめたけ和え バイナッブル 麦茶</b> | お豆腐ドーナツ<br>牛乳                | 油揚げ さば 味噌<br>絹ごし豆腐 鶏卵 牛乳    | 米 小切麩 砂糖 薄力粉<br>無塩バター 油<br>マンナビスケット                       | 大根 人参 干しいたけ しめじ<br>チンゲン菜 昆布 しょうが 白菜<br>きゅうり なめ茸 バイナッブル             | 水 料理酒 万能つゆ<br>塩 こいくちしょうゆ<br>みりん 麦茶<br>ベーキングパウダー             |
| 19 | 水 | クラッカー<br>麦茶 | ご飯 コンソメスープ<br>タンダーチキン<br>ジャーマンポテト パナナ 麦茶             | チーズ蒸しパン<br>牛乳                | 鶏肉 ヨーグルト<br>ウインナー チーズ 牛乳    | 米 じゃが芋 油 薄力粉<br>砂糖 クラッカー                                  | 人参 キャベツ えのき茸 玉ねぎ<br>バセリ パナナ                                        | 水 チキンスープの素 塩<br>トマトケチャップ カレー粉<br>麦茶<br>ベーキングパウダー            |
| 20 | 木 | ウエハース<br>麦茶 | ご飯 味噌汁<br>豆腐としめじの蒸し肉団子<br>人参ドレッシングサラダ オレンジ<br>麦茶     | シュガーバイ<br>牛乳                 | 味噌 鶏肉 木綿豆腐<br>鶏卵 牛乳         | 米 さつま芋 片栗粉<br>パイシート グラニュー糖<br>ウエハース                       | 干しいたけ 玉ねぎ 小松菜 昆布<br>しめじ 人参 大根 きゅうり コーン<br>オレンジ                     | 水 料理酒 塩 万能つゆ<br>人参ドレッシング 麦茶                                 |
| 21 | 金 | ビスケット<br>麦茶 | 丸パン ミルクスープ<br>鶏肉の唐揚げ<br>フレンチサラダ いよかん 牛乳              | ゆかりおにぎり<br>麦茶                | スキムミルク 牛乳 鶏肉                | 丸パン 片栗粉 油 砂糖<br>米 マンナビスケット                                | 南瓜 玉ねぎ バセリ しょうが<br>キャベツ ブロッコリー 人参<br>いよかん ゆかり                      | 水 チキンスープの素 塩<br>こいくちしょうゆ 料理酒<br>穀物酢 麦茶                      |
| 25 | 火 | ビスケット<br>麦茶 | あんかけうどん<br>さつま芋のごま和え ジョア 麦茶                          | ツナおにぎり<br>麦茶                 | 鶏肉 ジョア<br>かつおフレーク           | うどん ごま油 砂糖<br>片栗粉 さつま芋 ごま 米<br>マンナビスケット                   | 白菜 人参 干しいたけ 小松菜<br>グリンピース                                          | 塩 こいくちしょうゆ 水<br>麦茶                                          |
| 26 | 水 | クラッカー<br>麦茶 | ご飯 中華スープ<br>マーボー豆腐<br>チンゲン菜のマヨサラダ パナナ<br>麦茶          | フルーツパン<br>牛乳                 | 木綿豆腐 豚肉 味噌<br>牛乳            | 米 ごま油 油 砂糖<br>片栗粉<br>ノンエッグマヨネーズ<br>フルーツパン クラッカー           | 白菜 えのき茸 にら 長ねぎ<br>しょうが にんにく チンゲン菜<br>もやし 人参 パナナ                    | 水 チキンスープの素<br>こいくちしょうゆ 料理酒<br>麦茶                            |
| 27 | 木 | ウエハース<br>麦茶 | ご飯 味噌汁<br>豚肉の生姜炒め<br>白菜サラダ オレンジ 麦茶                   | ぶどうゼリー<br>せんべい<br>麦茶         | 高野豆腐 味噌 豚肉                  | 米 じゃが芋 油 砂糖<br>ウエハース せんべい                                 | 干しいたけ 人参 昆布 玉ねぎ<br>しょうが 白菜 わかめ コーン<br>オレンジ ぶどうジュース アガー             | 水 料理酒 万能つゆ<br>穀物酢 塩 麦茶                                      |
| 28 | 金 | ビスケット<br>麦茶 | <b>★お誕生会★<br/>カレーピラフ 具沢山野菜スー<br/>ツナサラダ プリン 牛乳</b>    | マシュマロおこし<br>牛乳               | 豚肉 かつおフレーク 牛乳<br>クリーム       | 米 無塩バター 砂糖 油<br>ごま油 プリンの素 マンナビスケット<br>コーンフレーク 無塩バター マシュマロ | 玉ねぎ 人参 バセリ 大根<br>ほうれん草 しめじ コーン キャベツ<br>きゅうり                        | 水 チキンスープの素 塩<br>カレー粉 穀物酢<br>万能つゆ 麦茶                         |
|    |   |             |                                                      |                              |                             |                                                           |                                                                    |                                                             |

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

|        |     | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) | 脂質<br>(g) | カルシウム<br>(mg) | 食塩相当量<br>(g) |
|--------|-----|-----------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 幼<br>児 | 目標量 | 597             | 20.9         | 16.6      | 270           | 1.6          |
|        | 平均量 | 615             | 21.4         | 19.8      | 284           | 1.5          |
| 乳<br>児 | 目標量 | 474             | 16.6         | 13.2      | 225           | 1.5          |
|        | 平均量 | 529             | 17.8         | 16.6      | 294           | 1.2          |

☆図の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。