

2023年2月予定献立表



都賀せいわ保育園 0歳児 初期

日曜 付		主な材料と体内外での働き		
		主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの
1 水	つぶしがゆ 麸と人参M ブロッコリーと玉ねぎM	精白米・小町麩		人参・ブロッコリー・玉葱
2 木	うどんM 大根と人参M りんごM	うどん		大根・人参・りんご
3 金	つぶしがゆ じゃがいもと玉葱と人参M 小松菜とかぶM	精白米	豆腐	玉葱・人参・小松菜・かぶ
6 月	つぶしがゆ かれいとほうれん草のミルク煮M 玉ねぎと人参M	精白米	カレイ・調整粉乳	ほうれん草・玉葱・人参
7 火	つぶしがゆ 豆腐とキャベツM 大根と人参M	精白米	豆腐	キャベツ・大根・人参
8 水	つぶしがゆ じゃが芋とブロッコリーM 小松菜と玉ねぎM	精白米・じゃがいも		ブロッコリー・小松菜・玉葱
	つぶしがゆ トマトと玉ねぎM	精白米	カレイ	人参・トマト・玉葱
10 金	パンがゆ 豆腐とかぶM 白菜と人参M	食パン	調整粉乳・豆腐	かぶ・白菜・人参
13 月	つぶしがゆ 小町麩と玉葱と人参M 小松菜と大根M	精白米・小町麩		玉葱・人参・小松菜・大根
14 火	つぶしがゆ カレイとカボチャM 玉葱と人参M	精白米	カレイ	かぼちゃ・玉葱・人参
15 水	うどんM 玉葱と大根M キャベツと人参M	うどん		玉葱・大根・キャベツ・人参
16 木	つぶしがゆ 豆腐とチンゲン菜と人参M キャベツと玉ねぎM	精白米	豆腐	チンゲン菜・人参・キャベツ・玉葱
17 金	つぶしがゆ じゃがいもと玉葱M かぶと白菜M	精白米・じゃがいも		玉葱・かぶ・白菜
20 月	つぶしがゆ お麸と大根と人参M 豆腐とほうれん草M	精白米・小町麩	豆腐	大根・人参・ほうれん草
21 火	パンがゆ さつま芋と人参M キャベツと玉ねぎM	食パン・じゃがいも	調整粉乳	人参・キャベツ・玉葱
22 水	つぶしがゆ かぶとトマトM キャベツと人参M	精白米		かぶ・トマト・キャベツ・人参
24 金	つぶしがゆ じゃがいもと人参M 白菜と玉ねぎM	精白米・じゃがいも		人参・白菜・玉葱
27 月	つぶしがゆ 豆腐と小松菜M 大根とじゃがいもM	精白米・じゃがいも	豆腐	小松菜・大根
28 火	つぶしがゆ お麸と玉葱M キャベツと人参M	精白米・小町麩		玉葱・キャベツ・人参

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2023年2月予定献立表



都賀せいわ保育園 〇歳 中期

日付 曜日		主な材料と体内での働き		
		主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの
1 水	おかゆ 豚挽肉と野菜のうま煮 ブロッコリーのしお煮	精白米	豚挽き肉	玉葱・人參・ブロッコリー・胡瓜
2 木	けんちんうどん ささみの海苔煮	うどん	豆腐・鶏ささみ	大根・人參・長葱
3 金	おかゆ じゃがいものそぼろあんかけ煮 小松菜とかぶのみぞ煮	精白米・じゃがいも・砂糖	鶏挽き肉・淡色辛みそ	玉葱・人參・小松菜・かぶ
6 月	おかゆ カレイとほうれん草のミルク煮 オニオンサラダ風	精白米・砂糖	むきカレイ・調整粉乳	ほうれん草・玉葱・胡瓜
7 火	おかゆ 豚ひき肉と野菜のやわらか煮 大根と胡瓜だし煮	精白米・砂糖	豚挽き肉	キャベツ・人參・大根・胡瓜
8 水	おかゆ 鶏団子あんかけ煮 小松菜と長葱のみぞ煮	精白米・砂糖	鶏挽き肉・淡色辛みそ	玉葱・ブロッコリー・小松菜・長葱
9 木	おかゆ カレイのみぞ焼き パン	精白米・砂糖	カレイ・淡色辛みそ	トマト・胡瓜
10 金	パンがゆ 豆腐のそぼろ煮 白菜と人參M	食パン・砂糖	調整粉乳・鶏挽き肉・豆腐	玉葱・白菜・人參
13 月	おかゆ 鶏団子のみぞ煮 小松菜のきざみ海苔和え	精白米・砂糖	鶏挽き肉・淡色辛みそ	玉葱・小松菜・人參・のり
14 火	おかゆ カレイとカボチャのトロトロ煮 玉葱と人參だし煮	精白米・砂糖	カレイ	かぼちゃ・玉葱・人參
15 水	焼きうどん 玉ねぎと大根とツナのうま煮	うどん	豚挽き肉・ツナ	人参・キャベツ・ビーマン・大根・玉葱
16 木	おかゆ 豆腐と野菜の中華煮 キャベツのしお煮	精白米・砂糖・ごま油・コーン	豆腐・豚挽き肉・淡色辛みそ	人参・ビーマン・キャベツ
17 金	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 かぶと白菜と胡瓜だし煮	精白米・じゃがいも・砂糖	豚挽き肉	玉葱・かぶ・白菜・胡瓜
20 月	おかゆ 豚ひき肉と野菜の炒め煮 ブロッコリーのだししょうゆ和え	精白米・砂糖・サラダ油	豚挽き肉	玉葱・キャベツ・人參・ブロッコリー
21 火	パンがゆ さつまいもと鶏団子のシチュー キャベツのしお煮	食パン・さつまいも・小麦粉・バター	調整粉乳・鶏挽き肉	玉葱・人參・キャベツ・胡瓜
22 水	おかゆ 鶏ひき肉とかぶのやわらか煮 キャベツと人參だし煮	精白米	鶏挽き肉	玉葱・かぶ・トマト・キャベツ・人参
24 金	おかゆ クリーム煮 白菜と胡瓜のしょうゆ煮	精白米・じゃがいも・バター	豚挽き肉・調整粉乳	玉葱・人參・白菜・胡瓜
27 月	おかゆ 豚肉と豆腐の野菜煮 大根とじゃがいものみぞ煮	精白米・砂糖・じゃがいも	豚挽き肉・豆腐・淡色辛みそ	白菜・小松菜・大根
28 火	おかゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 キャベツとコーンのだし煮	精白米・砂糖・コーン	鶏挽き肉	玉葱・人參・キャベツ

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2023年2月予定献立表



都賀せいわ保育園 乳児

日付	9時おやつ	■	おやつ	主な材料と体内的働き		
				主に熱や力のものとなるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの
1 水	牛乳	ごはん・豚挽肉と野菜の炒めもの・ブロッコリーのおかか和え みそ汁・パン	牛乳 さつまいも蒸しパン	精白米・砂糖・花穂・さつまいも・小麦粉	牛乳・豚挽き肉・かつお節・淡色辛みそ・調製粉乳	玉葱・人参・ブロッコリー・胡瓜・キャベツ・バナナ
2 木	牛乳	けんちんうどん・ささみの醤香焼き りんご	牛乳 チャーハン風	うどん・砂糖・サラダ油・精白米	牛乳・豆腐・鶏ささみ・豚挽き肉	大根・人参・長葱・りんご・玉葱・ビーマン
3 金	牛乳	そぼろごはん・大豆とじゃがいもの甘辛煮 すまし汁・ほぐし米かん	牛乳 パンサンド	精白米・砂糖・じゃがいも・食パン	牛乳・鶏挽き肉・チーズ・大豆水煮・調製粉乳	人参・かぶ・小松菜・みかん・ハナナ
6 月	牛乳	ごはん・鯛のホワイトソース・オニオンサラダ スープ・りんご	牛乳 ごへい餅	精白米・バター・小麦粉・サラダ油・砂糖・じゃがいも	牛乳・鮭・ハム・淡色辛みそ	玉葱・ほうれん草・胡瓜・人参・りんご
7 火	牛乳	ごはん・野菜と豚ひき肉の炒め物・大根と胡瓜のナムル 中華スープ・ほくしいよかん	牛乳 青のりボネトおやき	精白米・砂糖・ごま油・コーン・じゃがいも・サラダ油	牛乳・豚挽き肉・淡色辛みそ・豆腐	キャベツ・ビーマン・人参・大根・胡瓜・にら・いよかん
8 水	牛乳	ごはん・鶏団子あんかけ煮・野菜のソテー みそ汁・パン	牛乳 ほうれん草の蒸しパン	精白米・砂糖・小麦粉	牛乳・鶏挽き肉・淡色辛みそ・調製粉乳	玉葱・ブロッコリー・もやし・人参・ビーマン・小松菜・長葱・ハナナ・ほうれん草
9 木	牛乳	ごはん・カレイのみぞ焼き・トマトと胡瓜のサラダ すまし汁・ほぐしオレンジ	牛乳 チキンピラフ風	精白米・砂糖・サラダ油・小町麩・バター	牛乳・カレイ・淡色辛みそ・鶏挽き	トマト・人参・胡瓜・玉葱・オレンジ・ビーマン
10 金	牛乳	食パン・ハンバーグ（豆腐入り）・かぶと胡瓜のマリネ スープ・りんご	牛乳 しらすごはん	食パン・パン粉・サラダ油・砂糖・精白米	牛乳・豚挽き肉・豆腐・鶏卵・ハム・しらす干し	玉葱・かぶ・胡瓜・白菜・人参・りんご
13 月	牛乳	ごはん・鶏団子のみぞ煮・小松菜のきざみ海苔和え すまし汁・ほぐしオレンジ	牛乳 おかかチーズごはん	精白米・砂糖・ごま油	牛乳・鶏挽き肉・淡色辛みそ・かつお節・チーズ	玉葱・小松菜・人参・のり・大根・えのき茸・長葱・オレンジ
14 火	牛乳	白身魚フライ・かほらやのしょうゆパターソテー オニオンスープ・りんご	牛乳 パテ	精白米・小麦粉・パン粉・サラダ油・砂糖・バター	牛乳・たら・調製粉乳	かほらや・玉葱・人参・りんご・ハナナ
15 水	牛乳	焼きうどん・大根とツナサラダ すまし汁・ほぐし米かん	牛乳 鮭わかめごはん	うどん・砂糖・サラダ油・小町麩・精白米	牛乳・豚挽き肉・ツナ・甘塩鮭	玉葱・人参・キャベツ・ビーマン・大根・胡瓜・ワカメ・みかん
16 木	牛乳	ごはん・豆腐と野菜の中華煮・野菜の中華風和え 中華スープ・パン	牛乳 ミルクジャムトースト	精白米・砂糖・ごま油・コーン・食パン	調整粉乳・豆腐・豚挽き肉・淡色辛みそ	人参・ビーマン・キャベツ・にんにく・チンゲン菜・玉葱・ハナナ
17 金	牛乳	ごはん・じゃがいものそぼろ煮・白菜と胡瓜のおかか和え みそ汁・ほくしいよかん	牛乳 ホットケーキ	精白米・じゃがいも・サラダ油・砂糖・小麦粉	牛乳・鶏挽き肉・かつお節・淡色辛みそ・調製粉乳	玉葱・人参・白菜・胡瓜・かぶ・いよかん
20 月	牛乳	ごはん・豚ひき肉と野菜のごまだれゆめ煮・ブロッコリーのだししょうゆ和え みそ汁・りんご	牛乳 カボチャ蒸しパン	精白米・砂糖・サラダ油・小麦粉	牛乳・豚挽き肉・淡色辛みそ・調製粉乳	玉葱・キャベツ・なす・ビーマン・人参・ブロッコリー・大根・ワカメ・りんご・かほらや
21 火	牛乳	食パン・さつまいもと鶏団子のシチュー・フレンチサラダ パン	牛乳 焼きおにぎり	食パン・さつまいも・小麦粉・バター・サラダ油・コーン・砂糖・精白米	牛乳・鶏挽き肉	玉葱・人参・胡瓜・キャベツ・ハナナ
22 水	牛乳	ごはん・鶏団子のバーベキュー・ソース・かぶのマリネ スープ・ほぐし米かん	牛乳 ミルクトースト	精白米・サラダ油・砂糖・食パン	牛乳・鶏挽き・調製粉乳	玉葱・りんご・レモン・パセリ・かぶ・胡瓜・トマト・キャベツ・人参・みかん
24 金	牛乳	ごはん・クリーミー煮・白菜とりんごのサラダ スープ・ほぐしオレンジ	牛乳 マカロニ	精白米・じゃがいも・バター・小麦粉・サラダ油・砂糖・マカロニ	牛乳・豚挽き肉・きな粉	玉葱・人参・白菜・胡瓜・りんご・小松菜・長葱・オレンジ
27 月	牛乳	ごはん・すき焼き風煮・即席漬け（大根・胡瓜） みそ汁・ほぐし米かん	牛乳 ピラフ風	精白米・サラダ油・砂糖・じゃがいも・バター	牛乳・豚挽き肉・豆腐・淡色辛みそ・調製粉乳	白菜・長葱・人参・小松菜・大根・胡瓜・ワカメ・みかん・玉葱・ビーマン
28 火	牛乳	鶏丼・とコーンサラダ みそ汁・りんご	牛乳 ミルクトースト	精白米・砂糖・コーン・サラダ油・食パン・砂糖	牛乳・鶏挽き肉・淡色辛みそ・調製粉乳	長葱・人参・のり・キャベツ・もやし・にら・りんご

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2023年2月予定献立表



都賀せいわ保育園 未満児

日付	曜日	9時おやつ	朝	おやつ	主な材料と体内での働き			栄養給与目標量				
					主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	エネルギー kcal	たんぱく質 g			
1 水		牛乳	ごはん・豚の生姜焼き プロッコリーのおかか和え みそ汁・バナナ	牛乳 スイートポテトケーキ ☆誕生日メニュー☆	精白米・サラダ油・砂糖・ 花麩・さつまいも・バター・小麦粉	牛乳・豚小間・かつお節・淡色辛みそ・鶏卵	生姜・玉葱・人参・プロッコリー・胡瓜・キャベツ・banana	480	18.0	14.0	220	1.6
2 木		牛乳	けんちんうどん ささみの磯辺焼き・(添)トマト りんご	牛乳 カレーチャーハン	うどん・サラダ油・砂糖・小麦粉・精白米	牛乳・豆腐・鶏ささみ・豚挽き肉	大根・人参・ごぼう・しめじ・長葱・トマト・りんご・玉葱・ピーマン	504	20.3	18.5	268	1.6
3 金		牛乳	鬼のそぼろごはん 大豆とじゃこの甘辛揚げ すまし汁・みかん	牛乳 恵方巻風バナナロール ☆節分メニュー☆	精白米・砂糖・じゃがいも・サラダ油・食パン	牛乳・鶏挽き肉・チーズ・大豆水煮・ちりめんじゃこ・ホイップ	人参・生姜・かぶ・小松菜・みかん・banana	477	22.2	12.0	224	0.6
6 月		牛乳	ごはん・鮭のホワイトソース・(添)ボイルほれん草 オニオンサラダスープ・りんご	牛乳 ごへい餅	精白米・小麦粉・サラダ油・バター・砂糖・じゃがいも	牛乳・鮭・牛乳・スキムミルク・ハム・淡色辛みそ	玉葱・ほうれん草・胡瓜・人参・りんご	484	22.5	15.4	274	1.5
7 火		牛乳	ごはん・ホイコーロー [®] 大根と胡瓜のナムル 中華スープ・いよかん	牛乳 お野菜チップス (じゃがいも・れんこん)	精白米・ごま油・コーン・じゃがいも・サラダ油	牛乳・豚小間・淡色辛みそ・豆腐	キャベツ・ピーマン・人参・生姜・にんにく・大根・胡瓜・にら・いよかん・れんこん	486	19.9	13.1	245	1.7
8 水		牛乳	ごはん・鶏肉の照り焼き・(添)プロッコリー 野菜のソテー みそ汁・バナナ	牛乳 ほうれん草マフィン ☆誕生日メニュー☆	精白米・砂糖・サラダ油・小麦粉・バター	牛乳・鶏モモ肉・油揚げ・淡色辛みそ	プロッコリー・もやし・人参・ピーマン・小松菜・長葱・banana・ほうれん草	490	18.9	18.8	302	1.9
9 木		牛乳	ごはん・カレイのみぞ焼き・(添)トマト ごぼうサラダ すまし汁・オレンジ	牛乳 チキンピラフ	精白米・砂糖・小町麩・バター	牛乳・カレイ・淡色辛みそ・鶏挽き肉	トマト・ごぼう・人参・胡瓜・しめじ・玉葱・オレンジ・ピーマン	453	20.8	12.9	229	1.1
10 金		牛乳	バターロール・ハンバーグ(豆腐入り) かぶと胡瓜のマリネ スープ・りんご	麦茶 ゆかりとしらすのおにぎり	バターロール・パン粉・サラダ油・砂糖・精白米	牛乳・豚挽き肉・豆腐・鶏卵・ハム・しらす干し	玉葱・かぶ・胡瓜・白菜・人参・りんご	403	17.2	13.9	178	2.1
13 月		牛乳	ごはん・鶏肉のみぞや焼き・(添)プロッコリー 小松菜のきざみ海苔和え すまし汁・オレンジ	牛乳 おかかチーズおにぎり	精白米・砂糖	牛乳・鶏もも肉・淡色辛みそ・かつお節・チーズ	プロッコリー・小松菜・人参・のり・大根・えのき茸・長葱・オレンジ	490	22.6	17.2	312	1.4
14 火		牛乳	ごはん・白身魚フライ・(添)スティックきゅうり かぼちゃのしょうゆバターソテー [®] オニオンスープ・りんご	牛乳 ココアバナナマフィン ☆バレンタインメニュー☆	精白米・小麦粉・パン粉・サラダ油・砂糖・バター	牛乳・たら・ベーコン・鶏卵	胡瓜・かぼちゃ・玉葱・人参・りんご・banana	522	19.5	18.3	232	1.3
15 水		牛乳	やきそば 大根とツナマヨサラダ すまし汁・みかん	牛乳 鮭わかめおにぎり	やきそば麺・サラダ油・小町麩・精白米	牛乳・豚小間・ツナ・甘塩鮭	玉葱・人参・キャベツ・ピーマン・大根・胡瓜・ワカメ・みかん	478	20.3	18.5	237	1.8
16 木		牛乳	マーボー豆腐丼 野菜の中華風和え 中華スープ・banana	牛乳 ピザトースト	精白米・サラダ油・砂糖・コーン・ごま油・食パン・マーガリン	牛乳・豆腐・豚挽き肉・淡色辛みそ・ハム・チーズ	長葱・人参・ピーマン・にんにく・生姜・キャベツ・チングン菜・玉葱・banana	472	19.7	18.6	312	1.3
17 金		牛乳	ごはん・鶏と揚げじゃがの甘辛煮 白菜と胡瓜のおかか和え みそ汁・いよかん	牛乳 ホットケーキ	精白米・サラダ油・じゃがいも・砂糖・小麦粉・バター	牛乳・鶏もも肉・かつお節・淡色辛みそ・鶏卵	玉葱・白菜・胡瓜・かぶ・人参・いよかん	510	18.4	17.3	258	1.5
20 月		牛乳	ごはん・豚肉と野菜のごまだれ炒め プロッコリーの和え物 みそ汁・りんご	牛乳 カポチャマフィン	精白米・砂糖・サラダ油・小麦粉・バター	牛乳・豚小間・ハム・淡色辛みそ	玉葱・キャベツ・なす・人参・プロッコリー・大根・ワカメ・りんご・かぼちゃ	487	19.3	18.5	265	1.6
21 火		牛乳	ツナサンド さつまいものごろごろシチュー [®] フレンチサラダ・banana	牛乳 焼きおにぎり	食パン・コーン・さつまいも・小麦粉・バター・サラダ油・砂糖・精白米	牛乳・ツナ・鶏小間・牛乳	玉葱・人参・胡瓜・キャベツ・レーズン・banana	440	16	18.3	228	1.5
22 水		牛乳	ごはん・鶏肉のバーベキューソース・(添)トマト かぶのマリネ スープ・みかん	牛乳 シュガーラスク	精白米・サラダ油・砂糖・食パン・マーガリン	牛乳・鶏もも肉	生姜・玉葱・りんご・レモン・トマト・かぶ・胡瓜・キャベツ・人参・みかん	496	17.8	19.3	215	1.7
24 金		牛乳	キーマカレーライス 白菜とりんごのサラダスープ・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	精白米・じゃがいも・サラダ油・砂糖・マカロニ	牛乳・豚挽き肉・スキムミルク・きな粉	玉葱・人参・にんにく・生姜・ホールトマト・白菜・胡瓜・りんご・小松菜・長葱・オレンジ	503	17.9	16.7	290	2.0
27 月		牛乳	ごはん・すき焼き風煮 即席漬け(大根・胡瓜) みそ汁・みかん	牛乳 ワインーピラフ	精白米・サラダ油・砂糖・じゃがいも・バター	牛乳・豚小間・豆腐・淡色辛みそ・ワイン	白菜・長葱・人参・小松菜・大根・ワカメ・みかん・玉葱・ピーマン	497	19.3	15.9	293	2.4
28 火		牛乳	醤丼 キャベツとれんこんのコーンサラダ みそ汁・りんご	牛乳 メロンパン風トースト	精白米・砂糖・コーン・食パン・マーガリン・小麦粉	牛乳・鶏もも肉・淡色辛みそ・鶏卵	椎茸・長葱・人参・生姜・のり・キャベツ・れんこん・もしやし・にら・りんご	574	19.6	19.9	239	1.8

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2023年2月予定献立表



都賀せいわ保育園 以上児

栄養給与目標量					
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム g	食物繊維 g	食塩相当量 g
610	23.0	17.0	27.0	2.1	

日付	曜日	9時おやつ	昼	おやつ	主な材料と体内での働き		
					主に熟や力のものとなるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの
1 水		牛乳	ごはん・豚の生姜焼き ブロッコリーのおかか和え みそ汁・バナナ	牛乳 スイートポテトケーキ ☆誕生日メニュー	精白米・サラダ油・砂糖・花穂・さつまいも・バター・小麦粉	牛乳・豚小間・かつお節・淡色辛みそ・鶏卵	生姜・玉葱・人参・ブロッコリー・胡瓜・キャベツ・バナナ
2 木		牛乳	けんちんうどん ささみの磯辺焼き・(添)トマト りんご	牛乳 カレーチャーハン	うどん・サラダ油・砂糖・小麦粉・精白米	牛乳・豆腐・鶏ささみ・豚挽き肉	大根・人参・ごぼう・しめじ・長葱・トマト・りんご・玉葱・ビーマン
3 金		牛乳	鬼のそぼろごはん 大豆とじゃこの甘辛揚げ すまし汁・みかん	牛乳 恵方巻風バナナロール ☆節分メニュー☆	精白米・砂糖・じゃがいも・サラダ油・食パン	牛乳・鶏挽き肉・チーズ・大豆水煮・ちりめんじゃこ・ホイップ	人参・生姜・かぶ・小松菜・みかん・バナナ
6 月	月	牛乳	ごはん・鮭のホワイトソース・(添)ボイルほうれん草 オニオンサラダスープ・りんご	牛乳 ごへい餅	精白米・小麦粉・サラダ油・バター・砂糖・じゃがいも	牛乳・鮭・牛乳・スキムミルク・ハム・淡色辛みそ	玉葱・ほうれん草・胡瓜・人参・りんご
7 火		牛乳	ごはん・ホイコーロー [®] 大根と胡瓜のナムル 中華スープ・いよかん	牛乳 お野菜チップス(じゃがいも・れんこん)	精白米・ごま油・コーン・じゃがいも・サラダ油	牛乳・豚小間・淡色辛みそ・豆腐	キャベツ・ビーマン・人参・生姜・にんにく・大根・胡瓜・にら・いよかん・れんこん
8 水		牛乳	ごはん・鶏肉の照り焼き・(添)ブロッコリー 野菜のソテー みそ汁・バナナ	牛乳 ほうれん草マフィン ☆誕生日メニュー	精白米・砂糖・サラダ油・小麦粉・バター	牛乳・鶏モモ肉・油揚げ・淡色辛みそ	ブロッコリー・もやし・人参・ビーマン・小松菜・長葱・バナナ・ほうれん草
9 木		牛乳	ごはん・カレイのみぞ焼き・(添)トマト ごぼうサラダ すまし汁・オレンジ	牛乳 チキンピラフ	精白米・砂糖・小町麩・バター	牛乳・カレイ・淡色辛みそ・鶏挽き肉	トマト・ごぼう・人参・胡瓜・しめじ・玉葱・オレンジ・ビーマン
10 金		牛乳	パターロール・ハンバーグ(豆腐入り) かぶと胡瓜のマリネ スープ・りんご	麦茶 ゆかりとしらすのおにぎり	パターロール・パン粉・サラダ油・砂糖・精白米	牛乳・豚挽き肉・豆腐・鶏卵・ハム・しらす干し	玉葱・かぶ・胡瓜・白菜・人参・りんご
13 月	月	牛乳	ごはん・鶏肉のみぞ焼き・(添)ブロッコリー 小松菜のささみ海苔和え すまし汁・オレンジ	牛乳 おかかチーズおにぎり	精白米・砂糖	牛乳・鶏もも肉・淡色辛みそ・かつお節・チーズ	ブロッコリー・小松菜・人参・のり・大根・えのき茸・長葱・オレンジ
14 火		牛乳	ごはん・白身魚フライ・(添)スティックきゅうり かばちゃのしょうゆバターソテー [®] オニオンスープ・りんご	牛乳 ココアバナナマフィン ☆バレンタインメニュー☆	精白米・小麦粉・パン粉・サラダ油・砂糖・バター	牛乳・たら・ベーコン・鶏卵	胡瓜・かぼちゃ・玉葱・人参・りんご・バナナ
15 水		牛乳	やきそば 大根とツナマヨサラダ すまし汁・みかん	牛乳 鮭わなかめおにぎり	やきそば麺・サラダ油・小町麩・精白米	牛乳・豚小間・ツナ・甘塩鮭	玉葱・人参・キャベツ・ビーマン・大根・胡瓜・ワカメ・みかん
16 木		牛乳	マーポー豆腐丼 野菜の中華風和え 中華スープ・バナナ	牛乳 ピザトースト	精白米・サラダ油・砂糖・コーン・ごま油・食パン・マーガリン	牛乳・豆腐・豚挽き肉・淡色辛みそ・ハム・チーズ	長葱・人参・ビーマン・にんにく・生姜・キャベツ・チンゲン菜・玉葱・バナナ
17 金		牛乳	ごはん・鶏と揚げじゃがの甘辛煮 白菜と胡瓜のおかか和え みそ汁・いよかん	牛乳 ホットケーキ	精白米・サラダ油・じゃがいも・砂糖・小麦粉・バター	牛乳・鶏もも肉・かつお節・淡色辛みそ・鶏卵	玉葱・白菜・胡瓜・かぶ・人参・いよかん
20 月	月	牛乳	ごはん・豚肉と野菜のごまだれ炒め ブロッコリーの和え物 みそ汁・りんご	牛乳 カボチャマフィン	精白米・砂糖・サラダ油・小麦粉・バター	牛乳・豚小間・ハム・淡色辛みそ	玉葱・キャベツ・なす・人参・ブロッコリー・大根・ワカメ・りんご・かぼちゃ
21 火		牛乳	ツナサンド さつまいものごろごろシチュー [®] フレンチサラダ・バナナ	牛乳 焼きおにぎり	食パン・コーン・さつまいも・小麦粉・バター・サラダ油・砂糖・精白米	牛乳・ツナ・鶏小間・牛乳	玉葱・人参・胡瓜・キャベツ・レーズン・バナナ
22 水		牛乳	ごはん・鶏肉のバーベキューソース・(添)トマト かぶのマリネ スープ・みかん	牛乳 シューガーラスク	精白米・サラダ油・砂糖・食パン・マーガリン	牛乳・鶏もも肉	生姜・玉葱・りんご・レモン・トマト・かぶ・胡瓜・キャベツ・人参・みかん
24 金		牛乳	キーマカレーライス 白菜とりんごのサラダスープ・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	精白米・じゃがいも・サラダ油・砂糖・マカロニ	牛乳・豚挽き肉・スキムミルク・きな粉	玉葱・人参・にんにく・生姜・ホールトマト・白菜・胡瓜・りんご・小松菜・長葱・オレンジ
27 月	月	牛乳	ごはん・すき焼き風煮 即席漬け(大根・胡瓜) みそ汁・みかん	牛乳 ワインナーピラフ	精白米・サラダ油・砂糖・じゃがいも・バター	牛乳・豚小間・豆腐・淡色辛みそ・ワインナー	白菜・長葱・人参・小松菜・大根・胡瓜・ワカメ・みかん・玉葱・ビーマン
28 火		牛乳	鶏丼 キャベツとれんこんのコーンサラダ みそ汁・りんご	牛乳 メロンパン風トースト	精白米・砂糖・コーン・食パン・マーガリン・小麦粉	牛乳・鶏もも肉・淡色辛みそ・鶏卵	椎茸・長葱・人参・生姜・のり・キャベツ・れんこん・もやし・にら・りんご

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。