



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 ・ 15	土	あんかけうどん もやしのおいそべあえ くだもの ぎゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	ぶたかた・普通牛乳	うどん・片栗粉・クロワッサン	はくさい・にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ・りょくとうもやし・こまつな・焼きのり・くだもの
3	月	おにさんごはん(にくみそ) ごもくまめ すましじる (しめじ・ほうれんそう・はなふ)	♥ココアむしパン くだもの ぎゅうにゅう <b>節分会</b>	ぶたひき肉・淡色辛みそ・大豆水煮缶詰・鶏卵・普通牛乳	はいが米・調合油・三温糖・コーンスナック・釜焼きふ・薄力粉・砂糖	たまねぎ・青ピーマン・赤ピーマン・レーズン・りしりこんぶ・だいこん・ごぼう・にんじん・さやいんげん・ほうれんそう・ぶなしめじ・くだもの
4	火	ごはん しゅんぎくとさくらえびのかきあげ ちくぜんに みそじる(ワカメ・はくさい)	メロンパン くだもの ぎゅうにゅう	さくらえび素干し・鶏卵・鶏むね・淡色辛みそ・普通牛乳	精白米・薄力粉・調合油・三温糖・メロンパン	たまねぎ・しゅんぎ・にんじん・れんこん・だいこん・生しいたけ・さやいんげん・塩わかめ・はくさい・くだもの
5 ・ 19	水	プレッセン たらのトマトソースやき きのことあおなのソテー カラフルスープ	♥やきうどん くだもの ぎゅうにゅう	まこがれい・チェダーチーズ・ぶたかた・削り節・普通牛乳	フランスパン・調合油・有塩バター・オリーブ油・じゃがいも・ゆでうどん	たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・ホールトマト・ぶなしめじ・マッシュルーム水煮缶・ほうれんそう・キャベツ・さやいんげん・コーン缶詰粒・青ピーマン・りょくとうもやし・くだもの
6 ・ 20	木	♥コーンみそラーメン かぼちゃサラダ	♥クラッカーサンド くだもの ぎゅうにゅう	淡色辛みそ・ぶたひき肉・プロセスチーズ・普通牛乳	中華めん・ごま油・調合油・三温糖・スナッククラッカー	長ねぎ・りょくとうもやし・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・コーン缶詰粒・くりかぼちゃ・きゅうり・いちごジャム・くだもの
7 ・ 21	金	ごはん マーボー豆腐 ♥ブロッコリーのチーズやき ♥ワンタンスープ	♥ロシアンクッキー くだもの ぎゅうにゅう	木綿豆腐・ぶたひき肉・淡色辛みそ・パルメザンチーズ・普通牛乳	精白米・調合油・片栗粉・ごま油・しゅうまいの皮・有塩マーガリン・砂糖・薄力粉	にんにく・しょうが・乾しいたけ・長ねぎ・チンゲンサイ・ブロッコリー・いちごジャム・くだもの
8 ・ 22	土	やきとりどん だいこんスープ くだもの ぎゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	鶏もも・普通牛乳	調合油・精白米・クロワッサン	キャベツ・長ねぎ・にんじん・青ねぎ・だいこん・くだもの
10	月	ごはん わかさぎのからあげ マカロニサラダ みそじる(さといも・えのき)	♥フルーツコーンフレーク せんべい ぎゅうにゅう	わかさぎ・ロースハム・淡色辛みそ・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油・マカロニ・スパゲティ・さといも・コーンフレーク・しょうゆせんべい	にんじん・きゅうり・えのきたけ・みかん缶詰・りんご・白桃缶
12 ・ 26	水	♥ジャージャーうどん カブとキャベツのツナマヨサラダ ワカメスープ	しおこんぶおにぎり くだもの ぎゅうにゅう	ぶたひき肉・淡色辛みそ・まぐろ油漬缶詰・普通牛乳	うどん・三温糖・ごま油・片栗粉・精白米	長ねぎ・たけのこ水煮缶詰・きゅうり・コーン缶詰粒・かぶ・キャベツ・にんじん・塩わかめ・こねぎ・塩昆布・焼きのり・くだもの
13 ・ 27	木	♥ハヤシライス マセドリアンサラダ	♥リンゴゼリー クラッカー ぎゅうにゅう	ぶたかた・プロセスチーズ・生クリーム・普通牛乳	はいが米・調合油・じゃがいも・三温糖・砂糖・スナッククラッカー	にんじん・たまねぎ・さやいんげん・マッシュルーム水煮缶・水・きゅうり・りんごジュース・寒天
14 ・ 28	金	♥なっとうごはん さわらのさいきょうやき こまつなのごまあえ すましじる(しめじ・にら)	♥ドーナツ くだもの ぎゅうにゅう	納豆・さわら・甘みそ・鶏卵・普通牛乳	はいが米・ごま・三温糖・砂糖・薄力粉・有塩バター・調合油	こまつな・キャベツ・にんじん・ぶなしめじ・にら・くだもの
17	月	♥ホットドッグ キャベツとみかんのサラダ マカロニスープ	かんこくふうたきこみごはん くだもの ぎゅうにゅう	ウインナーソーセージ・ベーコン・ぶたばら・普通牛乳	ロールパン・調合油・三温糖・マカロニ・スパゲティ・じゃがいも・はいが米・ごま油	たまねぎ・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・みかん缶詰汁・こまつな・にんじん・だいこん・焼きのり・くだもの
18	火	カレーピラフ チキンソテー ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ハートがたにんじん クリームシチュー	♥キャロットケーキ くだもの ぎゅうにゅう	鶏もも(皮なし)・普通牛乳・鶏卵・ホイップクリーム	はいが米・調合油・三温糖・じゃがいも・薄力粉・有塩バター・砂糖・粉糖	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・ぶなしめじ・コーン缶詰粒・オレンジジュース・くだもの
25	火	うめジャコごはん シュウマイ ハリハリづけ けんちんじる	いしがきだんご くだもの ぎゅうにゅう	しらす干し・ぶたひき肉・普通牛乳・油揚げ・木綿豆腐	はいが米・ごま・パン粉・しゅうまいの皮・三温糖・じゃがいも・ごま油・さつまいも・中力粉	梅干し・たまねぎ・切干しだいこん・にんじん・こまつな・ごぼう・長ねぎ・くだもの

☆ ♥は年長さんのリクエストメニューです。

☆ 都合により献立が変更になることがあります

☆ 果物は季節の物が出ます(2月伊予柑 八朔 オレンジ デコポン ふじりんご等)

☆ 午前捕食 1・2歳 牛乳

☆ 午後捕食 6時以降 ルヴァン又はせんべいと麦茶

★ 3日は「節分会」です! 肉みそを使った「おにさんごはん」が出ます!

★ 18日はお誕生日会です! 寒い季節にぴったりのクリームシチューと、おやつはキャロットケーキです 🍷

★ 25日はご当地料理の日。今月は「神奈川県」です!

★ 2月・3月の給食では、年長さんのみんなに「今まで食べた給食でもう一度食べたいメニュー」をリクエストしてもらい献立に採用しています。ぜひご家庭でも、「どのメニューをリクエストしたの?」「何日に出るのかな?」など話題にしてもらえると嬉しいです。



乳児食

エネルギー	459kcal
たんぱく質	18.0g
脂肪	17.1g
食塩相当量	1.6g

幼児食

エネルギー	565kcal
たんぱく質	20.9g
脂肪	19.4g
食塩相当量	2.1g

