




2月幼児食献立表



浦和いろは保育園

日	曜	献立名	主な材料	午前のおやつ (乳児)	3時のおやつ	栄養価
2	月	ごはん サバの味噌煮 里芋煮 ほうれん草のすまし汁 白桃	米、サバ、みそ、みりん、砂糖、しょうゆ、里芋、グリーンピース、だし汁、ほうれん草、油揚げ、にんじん、白桃缶、じゃがいも、ベーコン、チーズ、青のり、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ポテトのチーズ焼き 牛乳	エネルギー557kcal 蛋白20.1g 脂質18.5g 炭水化物76.7g 食塩2.1g
3	火	★行事食(節分)★ 巻きずし(五目巻き 卵巻き おいなりさん) 乳児:ちらし寿司 ひじき煮 のっぺい汁 フルーツ(みかん) 	米、カニカマ、アスパラガス、ツナフレーク、マヨネーズ、おぼろ、白ごま、卵、かんぴょう、高野豆腐、青菜、のり、砂糖、酢、れんこん、しいたけ、酢、ひじき、にんじん、大豆、だし汁、しょうゆ、みりん、里芋、豚肉、豆腐、大根、ねぎ、片栗粉、みかん、いちごのムース、卵ポロロ、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	いちごのムース 卵ポロロ 牛乳	エネルギー544kcal 蛋白16.7g 脂質16.8g 炭水化物82.4g 食塩3.6g
4	水	ごはん 肉じゃが きゅうりと白菜のボン酢あえ わかめの味噌汁 パイナップル	米、豚肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、インゲン、追いがつおつゆ、しょうゆ、砂糖、みりん、きゅうり、白菜、コーン、ボン酢、わかめ、もやし、油揚げ、ねぎ、みそ、だし汁、米粉、小豆、サラダ油、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	米粉の小豆クッキー 牛乳	エネルギー607kcal 蛋白20.1g 脂質16.9g 炭水化物94.4g 食塩1.7g
5	木	パン メンチカツ カリフラワーのサラダ ミネストローネ フルーツヨーグルト	パン、挽き肉、玉ねぎ、パン粉、卵、サラダ油、とんかつソース、カリフラワー、にんじん、卵不使用マヨネーズ、マカロニ、じゃがいも、ベーコン、コーン、グリーンピース、トマト缶、コンソメ、プレーンヨーグルト、黄桃缶、砂糖、米、鮭、わかめ、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(鮭わかめ) チーズ 麦茶	エネルギー594kcal 蛋白18.1g 脂質18.5g 炭水化物87.5g 食塩3.1g
6	金	ごはん チキンステーキ キャベツの塩昆布和え 豆腐の味噌汁 りんご	米、鶏肉、ニンニクパウダー、しょうが、しょうゆ、キャベツ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、黄色ピーマン、ふっじこ、豆腐、わかめ、玉ねぎ、ねぎ、みそ、だし汁、リンゴ缶、あずき、団子粉	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おしるこのひ 麦茶	エネルギー521kcal 蛋白16.9g 脂質7.8g 炭水化物97.7g 食塩2.5g
7	土	肉うどん ブロッコリーのおかか和え フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、ブロッコリーの、にんじん、かつお節、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー355kcal 蛋白14.7g 脂質9.7g 炭水化物50.9g 食塩2.8g
9	月	ごはん 白身フライ ハムポテト コンソメスープ パイナップル	米、タラ、小麦粉、パン粉、サラダ油、ハム、じゃがいも、ブロッコリー、カレー粉、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、しめじ、コンソメ、パイナップル、食パン、バター、砂糖、シナモン、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	シュガーラスク 牛乳	エネルギー506kcal 蛋白17.9g 脂質11.1g 炭水化物84.6g 食塩1.8g
10	火	お野菜たっぷりうどん きゅうりとわかめのボン酢あえ フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、大根、にんじん、里芋、小松菜、油揚げ、追いがつおつゆ、しょうゆ、きゅうり、わかめ、めかぶ、ボン酢、バナナ、米、ゆかり、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(ゆかり) チーズ 麦茶	エネルギー443kcal 蛋白14.7g 脂質7.4g 炭水化物77.8g 食塩3.4g
12	木	ごはん 豚肉の旨塩炒め ブロッコリーの中華和え ワンタンスープ りんご	米、豚肉、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、鶏がらスープ、ブロッコリー、しょうゆ、白ごま、ごま油、ワンタンの皮、しいたけ、ねぎ、りんご缶、小麦粉、卵、牛乳、カスタード	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	今川焼(カスタード) 牛乳	エネルギー531kcal 蛋白14.8g 脂質19.8g 炭水化物75.2g 食塩1.5g



恵方巻の由来

恵方巻は大阪の一部の地域で商売繁盛を願って恵方をむいて食べる太巻きを大手コンビニエンスストアで『恵方巻き』として売り出したのがきっかけになっています。

今年の恵方は「南南東」やや南



13	金	チキンカレー コールスロー フルーツヨーグルト	米、鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、サラダ油、カレールウ、キャベツ、にんじん、コーン、卵不使用マヨネーズ、プレーンヨーグルト、みかん缶、砂糖、ココアパウダー、卵、牛乳、生クリーム	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	チョコプリン 牛乳	エネルギー563kcal 蛋白17.6g 脂質22.1g 炭水化物74.4g 食塩1.7g
14	土	わかめラーメン ほうれん草の和え物 フルーツ(バナナ)	中華麺、わかめ、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、鶏がらスープ、ほうれん草、にんじん、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー396kcal 蛋白16.9g 脂質10.5g 炭水化物58.1g 食塩1.3g
16	月	ごはん アジフライ キャベツの塩昆布和え 豆腐のすまし汁 りんご	米、アジ、小麦粉、パン粉、サラダ油、キャベツ、にんじん、ふじっこ、豆腐、わかめ、しめじ、だし汁、しょうゆ、りんご缶、バター、卵、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	リングドーナツ 牛乳	エネルギー512kcal 蛋白17.3g 脂質13.8g 炭水化物81.0g 食塩2.3g
17	火	マーボー豆腐丼 チンゲン菜のナムル わかめスープ パイナップル	米、豆腐、挽き肉、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、鶏がらスープ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、ごま油、みそ、チンゲン菜、もやし、白ごま、わかめ、しいたけ、パイナップル、マカロニ、きな粉、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	マカロニきなこ 牛乳	エネルギー472kcal 蛋白16.3g 脂質14.9g 炭水化物68.9g 食塩1.4g
18	水	ごはん ハンバーグトマトソース マカロニサラダ コンソメスープ みかん	米、鶏ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、トマトケチャップ、マカロニ、コーン、きゅうり、ドレッシング、マヨネーズ、キャベツ、にんじん、じゃがいも、コンソメ、みかん缶、フルーチェ(みかん)、牛乳、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	フルーチェ(みかん) 麦茶	エネルギー403kcal 蛋白11.5g 脂質7.8g 炭水化物70.9g 食塩1.9g
19	木	★けんさこんたて★ 鶏ごぼうの混ぜご飯 カニクリームコロッケ 3色和え 豆乳みそ汁 フルーツ(オレンジ)	米、鶏肉、ごぼう、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、カニ、ホワイトソース、小麦粉、パン粉、サラダ油、ほうれん草、にんじん、白菜、豆腐、しめじ、大根、油揚げ、みそ、豆乳、オレンジ、さつまいも、りんご缶、ホットケーキミックス、卵、牛乳、砂糖	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	さつまいもとリンゴの蒸しパン 牛乳	エネルギー611kcal 蛋白17.2g 脂質20.1g 炭水化物91.6g 食塩2.3g
20	金	ごはん スペイン風オムレツ いんげんのツナマヨサラダ ポトフ 青りんごゼリー	米、卵、ウィンナー、じゃがいも、ブロッコリー、にんじん、コーン、グリーンピース、トマトケチャップ、インゲン、ツナフレーク卵不使用マヨネーズ、大根、玉ねぎ、おさかなソーセージ、コンソメ、青りんごゼリー、りんごペースト、ホットケーキミックス、バター、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	りんごのプチケーキ 牛乳	エネルギー556kcal 蛋白19.2g 脂質19.7g 炭水化物74.8g 食塩1.7g
21	土	コーンラーメン カリフラワーのサラダ フルーツ(バナナ)	中華麺、豚肉、玉ねぎ、コーン、ほうれん草、鶏がらスープ、カリフラワー、にんじん、卵不使用マヨネーズ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー425kcal 蛋白17.1g 脂質12.5g 炭水化物60.3g 食塩1.0g
24	火	ごはん 鶏のから揚げ キャベツの和風サラダ じゃがいものみそ汁	米 鶏もも肉、小麦粉、しょうゆ、しょうが、サラダ油、キャベツ、にんじん、コーン、しょうゆ、卵不使用マヨネーズ、じゃがいも、しめじ、わかめ、ねぎ、みそ、だし汁、食パン、バター、ココアパウダー、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	シュガーラスク(ココア) 牛乳	エネルギー572kcal 蛋白19.0g 脂質19.4g 炭水化物80.4g 食塩2.1g
25	水	野菜あんかけラーメン 白菜のボン酢和え 白桃	中華麺、豚肉、玉ねぎ、にんじん、もやし、コーン、小松菜、ねぎ、さくらげ、鶏がらスープ、しょうゆ、白菜、味ボン、白桃缶、米、青菜、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(青菜) チーズ 麦茶	エネルギー475kcal 蛋白16.6g 脂質7.1g 炭水化物85.9g 食塩2.4g
26	木	ごはん さんまの生姜煮 かぼちゃ煮 ほうれん草のすまし汁 みかん	米、さんま、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、だし汁、かぼちゃ、追いがつおつゆ、ほうれん草、にんじん、油揚げ、みかん缶、ポップコーン、にぼし、牛乳、(キャラメルパウダー、ココアパウダー、いちごパウダー、カレー粉)	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ポップコーン いりこ 牛乳 0・1歳児クラス 卵ポーロ	エネルギー507kcal 蛋白20.0g 脂質16.2g 炭水化物70.3g 食塩2.3g
27	金	ポークカレー カリフラワーのマヨサラダ フルーツヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、カリフラワー、きゅうり、卵不使用マヨネーズ、りんご缶、プレーンヨーグルト、砂糖、卵、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	プリン 麦茶	エネルギー424kcal 蛋白13.2g 脂質12.1g 炭水化物66.2g 食塩1.4g
28	土	きつねうどん ブロッコリーの和え物 フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、油揚げ、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー376kcal 蛋白15.6g 脂質11.5g 炭水化物51.5g 食塩2.9g

仕入れの都合により献立が多少変化することがございます。ご了承ください。

給食時とおやつ時は水分補給として麦茶を提供しています。また、麦ごはんを定期的に提供しています。
乳児では提供していない食材もあります。担任の先生にご確認ください。