

献立表

※食材の都合により変更もあります

あかね保育園
2025年02月

日付	献立	材 料 名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	★ホットドック★さつま芋スティック ★コンソメスープ★果物	パン、さつまいも、米、マヨネーズ、油	牛乳、ウインナー、ベーコン	りんご、キャベツ、玉葱、人参	★おにぎり ★牛乳★せんべい
03 月	★納豆ご飯★さば塩焼き★切昆布煮 ★ほうれん草ナムル★小松菜生揚げ味噌汁★果物	米、小麦粉、さつま芋、くり、玄米、油、三温糖、ごま、ごま油	牛乳、鯖、納豆、生揚げ、さつま揚げ、みそ、卵	ほうれん草、人参、小松菜、もやし、ごぼう、こんぶ	★鬼まんじゅう ★牛乳★果物
04 火	★玄米入ご飯★鮭コロッケ★高野豆腐そぼろ煮 ★わかめがら★揚げ味噌汁★果物	さつまいも、米、マヨネーズ、玄米、油、三温糖、片栗粉	牛乳、鮭、鶏肉、みそ、高野豆腐、油揚げ、ハム、チーズ	もやし、コーン、胡瓜、いんげん、わかめ、人参、生姜	★ふかしもち ★牛乳★果物
05 水	★玄米入ご飯★鶏照り焼き★紅白煮 ★なます★白菜しめじ味噌汁★果物	米、じゃが芋、玄米、三温糖、パン、三温糖、バター	牛乳、鶏肉、みそ、きな粉	大根、白菜、人参、胡瓜、生姜、しめじ	★きなこトースト ★牛乳★果物
06 木	★大豆ごはん★ちくわ磯辺揚げ★白菜昆布あえ ★いわしつみれ団子汁★果物	米、小麦粉、小麦粉、油、片栗粉、三温糖	牛乳、ちくわ、鱈、豚肉、鶏肉、大豆、みそ、みそ、卵、油揚げ	白菜、大根、のり、えのき、人参、人参、胡瓜、葱、椎茸、塩昆布、ひじき、生姜、青のり	★ずいとん ★牛乳★果物
07 金	★玄米入ご飯★和風ハンバーグ★金時豆煮 ★ごぼうサラダ★大根油揚げ味噌汁★果物	中華めん、米、マヨネーズ、玄米、三温糖、油、片栗粉、ごま	牛乳、豆腐、豚肉、金時豆、鶏肉、豚肉、みそ、卵、ベーコン、油揚げ、ツナ	玉葱、大根、ごぼう、もやし、キャベツ、葱、人参、ひじき	★焼きそば ★牛乳★果物
08 土	★ミートソース★チーズ★三色ゼリー	パン、スパゲティ、三温糖、小麦粉	牛乳、豚肉、チーズ	トマトジュース、(リコ)・ブドウジュース、みかん、玉葱、人参	★ロ・パ・ソ ★牛乳★せんべい
10 月	★玄米入ご飯★赤魚煮★ふるふき大根 ★もやしナムル★白菜生揚げ味噌汁★果物	米、小麦粉、三温糖、玄米、油、三温糖、ごま油、ごま	牛乳、金目鯛、生揚げ、卵、みそ、おから	白菜、もやし、人参、生姜、ゆず、大根	★ビスケット ★牛乳★果物
12 水	★玄米入ご飯★いわし梅煮★人参しりしり ★小松菜ちくわごま和え★豆腐玉葱味噌汁★果物	さつま芋、米、玄米、三温糖、三温糖、バター、ごま、ごま油、ごま	牛乳、いわし、豆腐、みそ、生クリーム、ちくわ、ツナ、卵、かつお節	人参、玉葱、小松菜、もやし、梅干し、わかめ	★スイートポテト ★牛乳★果物
13 木	★玄米入ご飯★鶏がらさっぱり煮★大根そぼろ煮 ★酢の物★じゃが芋玉葱味噌汁★果物	米、パン、じゃが芋、玄米、三温糖、バター、片栗粉	牛乳、鶏肉、鶏肉、チーズ、みそ、しらす	大根、胡瓜、玉葱、わかめ、生姜、にんにく、のり	★和風サンド ★牛乳★果物
14 金	★玄米入ご飯★たらわんわんソース★金平ごぼう ★大根サラダ★豆腐味噌汁★果物	米、米、玄米、こんにゃく、油、マヨネーズ、パン粉、小麦粉、三温糖	牛乳、油揚げ、たら、豆腐、牛乳、みそ、卵、油揚げ、ツナ	大根、ごぼう、コーン、胡瓜、人参、葱	★きつねおにぎり ★牛乳★果物
15 土	★うどん★天ぷら★ブロッコリー★果物	うどん、パン、さつま芋、小麦粉、油	牛乳、ちくわ、卵、かつお節	ブロッコリー、わかめ、あおのり	★ロ・パ・ソ ★牛乳★せんべい
17 月	★玄米入ご飯★みそ焼肉★かぼちゃ煮 ★豆サラダ★大根しめじ味噌汁★果物	じゃが芋、米、玄米、三温糖、油、ごま油、油	牛乳、豚肉、みそ、ちくわ、みそ	かぼちゃ、大根、胡瓜、トマト、しめじ、コーン、枝豆、にんにく、生姜	★ポテトフライ ★牛乳★果物
18 火	★細まぎ(幼児)★納豆ご飯(乳児)★めかじき味噌焼き ★さつまいもスティック揚げ★けんちん汁★果物 【2月誕生日会】	さつま芋、里芋、小麦粉、こんにゃく、油、三温糖、米	牛乳、かじき、豆腐、バター、みそ、油揚げ、納豆	大根、人参、葱、ごぼう、のり、たくあん、胡瓜	★クッキー ★牛乳★果物
19 水	★玄米入ご飯★豚肉生姜焼★大根汁煮 ★かぶ甘酢★玉葱しめじ味噌汁★果物	米、小麦粉、三温糖、玄米	牛乳、豚肉、ツナ、卵、みそ	大根、蕪、玉葱、胡瓜、生姜、わかめ、しめじ	★ホットケーキ ★牛乳★果物
20 木	★ロ・パ・ソ(幼児)★食パン(乳児)★ポ・カ・ソ ★ジャーマンポテト★ブロッコリー★果物	米、パン、じゃが芋、三温糖、小麦粉、バター、油、ごま	牛乳、豚肉、大豆、みそ、ベーコン、かつお節	玉葱、ブロッコリー、トマト缶、人参、キャベツ、エリンギ	★五平餅 ★牛乳★果物
21 金	★玄米入ご飯★豚バラ大根煮★里芋白煮 ★キャベツごま酢和え★豆腐味噌汁★果物	さつま芋、里芋、米、玄米、はちみつ、油、三温糖、ねりごま、ごま	牛乳、豚肉、豆腐、みそ	大根、キャベツ、えのき、葱、胡瓜、わかめ、にんにく、生姜	★大学芋 ★牛乳★果物
22 土	★おにぎり★ポテトコロッケ★ブロッコリー ★野菜味噌汁★果物	パン、米、玄米、油	牛乳、みそ、かつお節、コロッケ	ブロッコリー、大根、えのき	★ロ・パ・ソ ★牛乳★せんべい
25 火	★玄米入ご飯★蓮根入り松風焼き★さつま芋甘煮 ★春雨サラダ★じゃが芋玉葱味噌汁★果物	パン、米、さつま芋、じゃが芋、春雨、玄米、三温糖、マヨネーズ、パン粉、バター、ごま油、ごま	牛乳、鶏肉、じゃこ、みそ、ハム、卵、みそ	玉葱、もやし、胡瓜、蓮根、葱、人参、椎茸	★じゃこトースト ★牛乳★果物
26 水	★カレーライス★白菜サラダ ★ドリンクヨーグルト★果物	米、白玉粉、じゃが芋、カレールウ、マカロニ、三温糖、玄米、油	牛乳、牛乳、ヨーグルト、豆腐、豚肉、きな粉	玉葱、白菜、人参、パイナップル、胡瓜、エリンギ、にんにく、レーズン	★白玉団子(うさぎ以上) ★マカニきなこ(乳児) ★牛乳★果物
27 木	★玄米入ご飯★蓮根はさみ揚げ★切干大根 ★マカロニサラダ★かぶしめじ味噌汁★果物	米、スパゲティ、小麦粉、マカロニ、マヨネーズ、玄米、油、三温糖、小麦粉	牛乳、豚肉、豚肉、みそ、卵、ハム、油揚げ、ツナ	蓮根、トマトジュース、玉葱、蕪、人参、しめじ、胡瓜、切干大根	★ミートソース ★牛乳★果物
28 金	★玄米入ご飯★鮭塩焼き★じゃが芋がんも煮 ★小松菜ナムル★キャベツ生揚げ味噌汁★果物	米、パン、じゃが芋、玄米、三温糖、油、ごま、ごま油	牛乳、鮭、がんも、生揚げ、みそ、きな粉	人参、小松菜、キャベツ、もやし	★揚げパン ★牛乳★果物