

令和5年度 2月 献立表

こま草保育園

日付	献立名	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	
20 火	麦ごはん 鮭マヨネーズ焼き 切干大根の煮付け 豚汁	米、つきこん、マヨドレ、押麦、三温糖、なたね油	牛乳、さけ、豚肉、みそ、油揚げ	にんじん、だいこん、国産切干だいこん、ごぼう、ねぎ	ねじりんぼ 牛乳
21 水	味ごはん がんもの煮つけ すまし汁(ふ) 国産梨ゼリー	米、ふ、三温糖	牛乳、豆腐、がんもどき、鶏もも肉、油揚げ	国産和梨ゼリー、にんじん、えのきたけ、ねぎ、ごぼう、みつば、国産干しいたけ	手作り米粉のパナ ナマフィン 牛乳
22 木	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き ひじきの五目煮 みそ汁(大根)	米、三温糖、なたね油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、みそ、油揚げ	だいこん、ねぎ、コーン、国産長ひじき、にんじん、れんこん、カットわかめ、しょうが、にんにく	みたらし団子 牛乳 未：スティック ケーキ
26 月	ごはん 肉じゃが キャベツのおかか和え みそ汁(あおさ)	米、じゃがいも、糸こんにゃく、三温糖、なたね油	牛乳、豚肉、木綿豆腐、みそ、かつお節	キャベツ、にんじん、たまねぎ、だいこん、ねぎ、あおさ	チーズホット ケーキ 牛乳
27 火	麦ごはん 鯖の西京焼き 菜の花のおひたし けんちん汁	米、さといも、押麦	牛乳、さわら、木綿豆腐、鶏もも肉、油揚げ	なばな、にんじん、だいこん、コーン、ねぎ	しょうゆあられ 牛乳 未：お菓子
28 水	★カレーうどん れんこんサラダ 国産みかんゼリー	うどん、マヨドレ	牛乳、豚肉、ツナ油漬、油揚げ	国産温州ミカンゼリー、キャベツ、れんこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、こまつな、国産干しいたけ	手作りマドレーヌ 牛乳
29 木	★バーガーパン ★手作りハンバーグ 付け野菜(キャベツ) コンソメスープ(さつまいも) 果物(オレンジ)	バーガーパン、さつまいも、パン粉	牛乳、合びき肉	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、はくさい、にんじん、しめじ	お米でスイート ポテト 牛乳

お誕生月お祝いメニュー

*今月の栄養価(1日平均)

エネルギー	561Kcal
たんぱく質	21.8g
脂質	15.8g
食塩	1.8g

*未満児の午前おやつは、牛乳とお菓子です。

*土曜日は、お菓子ができます。

*食材の都合により献立を変更する場合があります。

★マークは

3園年長さんのリクエストメニューです！！