

# 令和6年度 2月 献立表

こま草保育園

日付	献立名	給食の食材名			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 木	雑穀ごはん 鮭の玄米パン粉焼き 切干大根の煮付け 豚汁 食べる煮干し	7分づき米、玄米パン粉、雑穀米、三温糖、なたね油、オリーブ油	さけ、みそ、油揚げ	にんじん、だいこん、国産切干だいこん、ねぎ、カットわかめ、にんにく	畑のクラッカー 牛乳
21 金	ロールパン さつま芋のサラダ 白菜ときのこのシチュー (米粉と豆乳) 果物(ぼんかん) 食べる煮干し	ロールパン、さつまいも、米粉、マヨドレ、油	有機無調整豆乳、鶏肉	ぼんかん、たまねぎ、はくさい、ブロッコリー、にんじん、しめじ、コーン	ミレービスケット 牛乳
25 火	麦ごはん 鶏肉のカレー風味焼き ひじきの五目煮 みそ汁(大根) 食べる煮干し	7分づき米、押麦、三温糖、なたね油	鶏肉、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	お菓子
26 水	五目うどん さつま芋の天ぷら 飛騨ヨーグルト 食べる煮干し	うどん、さつまいも、ホットケーキミックス、なたね油	飛騨ヨーグルト、鶏肉	だいこん、にんじん、ねぎ、国産干ししいたけ	5分づき米塩おにぎり 
27 木	ごはん(有機米) 飛騨牛とごぼうの炒め煮 小松菜の納豆和え みそ汁(豆腐) 食べる煮干し	7分づき米、三温糖、なたね油 <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">有機米の日</div>	飲むヨーグルト、飛騨牛、飛騨納豆、木綿豆腐、みそ <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">コドモン動画配信</div>	こまつな、たまねぎ、はくさい、ごぼう、ねぎ、にんじん、カットわかめ	紫いもチップス 飲むヨーグルト よ 未：星のおせんべい
28 金	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(ぼんかん) 食べる煮干し	バーガーパン、さつまいも、玄米パン粉	牛乳、合びき肉 <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">お誕生月お祝いメニュー</div>	ぼんかん、たまねぎ、キャベツ、はくさい、にんじん、しめじ	ミニドーナツ 牛乳 未：お米でスイートポテト

☆マークは龍華保育園・宮保育園・こま草保育園の年長さんが選んでくれたリクエストメニューです！

卒園まであと少し。給食の楽しい思い出をたくさん作ってほしいで

目標量		今月の栄養価(1日平均)	
エネルギー	585Kcal	エネルギー	583Kcal
たんぱく質	23.8g	たんぱく質	20.1g
脂質	16.0g	脂質	12.0g
食塩	1.6g	食塩	1.6g

- \*未満児は午前にはうじ茶とお菓子があります。
- \*土曜日は、おやつにお菓子ができます。
- \*牛乳がない日はほうじ茶がです。
- \*食材の都合により献立を変更する場合があります。

