


令和6年度 2月 献立表



宮保育園

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	
03月	赤鬼ライス 小松菜とカリカリじゃこのお浸し わかめスープ 果物（ぼんかん） 食べる煮干し	7分づき米、ポテト、ごま、なたね油、ごま油	鶏もも肉、丹波産黒豆煮、しらす干し	ぼんかん、こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし、コーン、きざみのり、カットわかめ	豆大福 未：おこめリング
節分メニュー					
04火	麦ごはん さばの立田揚げ おからの煮付け みそ汁(さつまいも) 食べる煮干し	7分づき米、さつまいも、油、片栗粉、押麦、三温糖、なたね油	さば、おから、鶏もも肉、みそ、油揚げ	たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、国産干しいたけ、カットわかめ、しょうが	おとうふビスケット 牛乳
05水	☆ミートスパゲッティー キャベツのツナサラダ わかめスープ 食べる煮干し	ソフト麺、オリーブ油	あいびき肉、ツナ油漬	たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマカゴメ、こまつな、えのきたけ、マッシュルーム、レモン果汁、カットわかめ、にんにく	手作り米粉のばななマフィン 牛乳
06木	ごはん 鮭の塩焼き 小松菜とひじきの納豆和え みそ汁(じゃがいも) 食べる煮干し	7分づき米、じゃがいも、白いりごま	牛乳、銀さけ、飛騨納豆、木綿豆腐、みそ、しらす干し	こまつな、たまねぎ、万能ねぎ、国産米ひじき、カットわかめ	手づくりサンドクッキー
07金	飛騨牛丼 白菜のおかか和え みそ汁(なめこ) 食べる煮干し	7分づき米、糸こんにゃく、三温糖、なたね油	牛乳、飛騨牛、木綿豆腐、みそ、かつお節	はくさい、たまねぎ、なめこ、ねぎ、にんじん、こまつな、紅しょうが、カットわかめ	ねじりんぼ 牛乳
10月	ごはん 肉じゃが ほうれん草の納豆和え みそ汁(あおさ) 食べる煮干し	7分づき米、じゃがいも、糸こんにゃく、三温糖、なたね油	牛乳、木綿豆腐、豚肉、納豆、みそ	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、だいこん、ねぎ、あおさ	きかん棒 牛乳 未：お菓子
12水	☆カレーうどん れんこんサラダ 果物（ぼんかん） 食べる煮干し	うどん、マヨドレ	豚肉、ツナ油漬、油揚げ	ぼんかん、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	おにぎり(わかめ・しらす干し) 
13木	ごはん 鱈の照り焼き 蓮根のきんぴら みそ汁(大根) 食べる煮干し	7分づき米、三温糖、ごま油	さわら、みそ、油揚げ	れんこん、にんじん、だいこん、ねぎ、しょうが、カットわかめ	ふがし 未：豆乳クッキー
14金	手づくりおにぎり (鮭・梅・塩昆布・ねぎ味噌) 豚汁 果物（ぼんかん）	7分づき米、つきこ、三温糖	豚肉、みそ、大冷、鮭フレーク	ぼんかん、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう、しいたけ、梅、塩こんぶ、塩	お菓子 牛乳
おにぎり屋さん					
17月	ごはん 豆腐の肉みそかけ 小松菜のお浸し すまし汁(はるさめ) 食べる煮干し	7分づき米、三温糖、油、はるさめ、ごま、ごま油	国産揚げ出し豆腐、豚ひき肉、みそ、しらす干し	こまつな、ねぎ、にんじん、はくさい、カットわかめ、しょうが	はとむぎおこし 牛乳
18火	納豆ごはん(切干大根) もやしと豚肉の炒めもの みそ汁(あげ) 国産みかんゼリー 食べる煮干し	7分づき米、ごま油	豚肉、飛騨納豆、みそ、油揚げ	もやし、だいこん、にんじん、ねぎ、万能ねぎ、ピーマン、国産切干だいこん、カットわかめ	☆みたらし団子 未：お米でスイートポテト
19水	宮亀うどん (ねぎの天ぷら さつまいも天、とり天、 ごぼう天) 果物（ぼんかん）	うどん 米粉 さつまいも なたね油	鶏肉、油揚げ	ぼんかん、ねぎ、ごぼう	水族館クッキー 牛乳
宮亀うどん					



令和6年度 2月 献立表

宮保育園

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 みそ汁(わかめ) 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 さつまいものサラダ 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	塩せんべい
26 水	味ごはん がんもの煮つけ すまし汁(ふ) 果物(ぼんかん)	7分づき米、もち粉、三温糖、油、ふ	がんもどき、鶏肉、油揚げ	ぼんかん、にんじん、えのきだけ、ねぎ、ごぼう、みつば、国産干しいたけ	豆腐とココアのもちっとケーキ 牛乳 
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 有機米の日	飲むヨーグルト、飛騨牛、飛騨納豆、木綿豆腐、みそ	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 コドモン動画配信	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 お誕生月お祝いメニュー	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：お米でスイーツ 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す！

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。

