



2024年2月度 弁天こども園 幼児食メニュー



★はお楽しみメニュー

*そば・落花生の入った食材は使用していません。

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	木	家常豆腐(ジャウツトウ)もやしとチンゲン菜の中華和え ごはん 中華スープ	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・味噌	人参・玉ねぎ・干しいたけ・ピーマン・しょうが 緑豆もやし・チンゲン菜 コーン・白菜	油・砂糖・片栗粉 調合ごま油 米	醤油・料理酒・中華だし 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	たい焼 牛乳	たい焼き 牛乳
2	金	◆節分メニュー◆ 赤魚の塩こうじ焼 ほうれん草の菜種和え 福豆ごはん 花魁の味噌汁 フルーツ(りんご)	赤魚 卵 大豆 味噌	ほうれん草・人参 玉ねぎ・わかめ りんご	油 調合ごま油 米 花魁	塩こうじ 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・料理酒・だし だし	ふんわり鬼まんじゅう 牛乳	小麦粉・上新粉・ベーキングパウダー 砂糖・さつまい 牛乳
3	土	野菜のほうとう風うどん ちくわのカレー風味焼 じゃが芋の煮物	味噌 ちくわ	かぼちゃ・大根・玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし昆布 人参・グリーンピース	うどん 油・片栗粉 じゃが芋・砂糖	だし・醤油・料理酒 塩・カレーパウダー・チキンコンソメ 料理酒・だし・醤油	アンパンマンのソフトせん たべっ子ベイビービスケット 牛乳	ソフトせんべい たべっ子ベイビービスケット 牛乳
5	月	スペイン風オムレツ ブロッコリーのサラダ ごはん 味噌汁	卵・牛乳・粉チーズ・ハム 油揚げ・味噌	玉ねぎ ブロッコリー・人参・コーン チンゲン菜	じゃが芋・油 マヨドレ 米 巻麩	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 塩 だし	牛乳ケーキ 牛乳	牛乳ケーキ 牛乳
6	火	三色丼 しらすと小松菜のあおさし和え 味噌汁 フルーツ(りんご)	鶏ひき肉・卵・かつお節 しらす 豆腐・味噌	ほうれん草・だし昆布 小松菜・緑豆もやし・人参・あおさのり わかめ・まいたけ りんご	米・砂糖・油	醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし だし	豆腐ドーナツ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐 砂糖・油・粉糖 牛乳
7	水	白身魚のフライ きんぴらごぼう ごはん 味噌汁	たら 味噌	ごぼう・人参・ピーマン 大根・緑豆もやし・わかめ	小麦粉・パン粉・油 つきこんにゃく・油・砂糖・白ごま 米	塩・とんかつソース 醤油・本みりん・料理酒 だし	メロンパン 牛乳	メロンパン 牛乳
8	木	スパゲティミートソース チキンとキャベツのサラダ スープ フルーツ(バナナ)	豚ひき肉・大豆ミンチ チキンフレーク	玉ねぎ キャベツ・人参 白菜 バナナ	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 オリーブ油・砂糖 じゃが芋	料理酒・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 酢・醤油 チキンコンソメ	焼おにぎり お茶	米・油 醤油・本みりん 麦茶
9	金	すき焼き風煮 小松菜とキャベツのごま和え ごはん 味噌汁	牛肉・焼豆腐 味噌	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・キャベツ 大根・しめじ	砂糖 白ごま 米	だし・本みりん・料理酒・醤油 醤油・本みりん・だし だし	お麩のチーズスナック 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油 粉チーズ・塩 牛乳
10	土	焼豚チャーハン 中華サラダ はるさめスープ	焼豚	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 きゅうり・緑豆もやし・赤パプリカ 干しいたけ・わかめ	米・油 砂糖・調合ごま油 緑豆春雨	中華だし・塩・醤油 醤油・酢・本みりん 中華だし・醤油・塩	星たべよ アンパンマン幼児用ビスケット 牛乳	星型せんべい 幼児用ビスケット 牛乳
13	火	サバの磯辺焼 切干大根の煮物 ごはん 味噌にゅうめん	さば ちくわ 油揚げ・味噌	あおさのり 切干大根・人参 わかめ	砂糖・小麦粉・油 油・砂糖 米 そうめん	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 だし	やわらかおかき クラッカー 牛乳	やわらかおかき(きな粉味) クラッカー 牛乳
14	水	◆世界の料理◆ コテージパイ(イギリス) ツナとブロッコリーのサラダ ごはん コーンポタージュ	牛豚ひき肉・牛乳 ツナフレーク 牛乳	玉ねぎ・人参・トマト ブロッコリー・きゅうり・コーン コーン	油・じゃが芋・バター ごまドレッシング 米	ケチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ・塩 チキンコンソメ コーンクリームスープの素	ハートのチョコクッキー ※①(ハートのクッキー) 牛乳	小麦粉・卵・バター 砂糖・塩・チョコチップ (チョコチップなし) 牛乳

※①()内は、0・1・2歳児です。

日曜日	曜日	昼食	主にからだをつくるもの			主にからだの調子を整えるもの		主に熱や力のもとになるもの		献立		おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	献立	材料						
15	木	豆腐チャンプルー さつまいものバター醤油煮 ごはん 春雨スープ	豚肉・豆腐・卵	玉ねぎ・緑豆もやし・ピーマン・人参・しょうが チンゲン菜・しめじ	油・砂糖・調合ごま油 さつまいも・砂糖・バター 米 緑豆春雨	醤油・中華だし・料理酒・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	チョイスビスケット おととと 牛乳	チョイスビスケット おととと(うす塩味) 牛乳					
16	金	カレーライス カラフルサラダ フルーツ(りんご)	牛肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・トマト・むぎ枝豆・コーン・レモン果汁 りんご	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレールウ 酢・塩・醤油	フルーツサンド ※②(ジャムサンド) 牛乳	食パン・ホイップクリーム みかん缶 (食パン・いちごジャム) 牛乳					
17	土												
19	月	照焼きチキン ひじきサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 豆腐・味噌 	ひじき・人参・さやいんげん・コーン わかめ	砂糖・油 砂糖・マヨネーズ 米	醤油・本みりん だし・醤油・本みりん だし	ミニアスバラビスケット せんべい(ばりんこ) 牛乳	アスバラガスビスケット ばりんこ 牛乳					
20	火	赤魚の甘辛焼 胡瓜の塩昆布和え ごはん 味噌汁	赤魚 油揚げ・味噌 	きゅうり・人参・塩昆布 大根	砂糖・油 米 じゃが芋 	醤油・料理酒 だし	お好み焼き お茶	お好み焼き粉・豚肉・油・卵・キャベツ 人参・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 麦茶					
21	水	卵とじうどん 高野豆腐の煮物 フルーツ(バナナ)	ちくわ・卵 凍り豆腐	白菜・小松菜・だし昆布 人参・さやえんどう バナナ	うどん 砂糖 	だし・醤油・本みりん・塩 だし・醤油・本みりん	大学芋 牛乳	さつまいも・油 砂糖・黒ごま 牛乳					
22	木	クリームシチュー しらすと野菜のサラダ レーズンロールパン フルーツ(りんご)	鶏肉・牛乳 しらす	人参・玉ねぎ・グリーンピース きゅうり・キャベツ・コーン りんご	じゃが芋 ごまドレッシング レーズンロールパン	クリームシチューミックス	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳					
24	土	中華丼 平天と大根の煮物 中華スープ	豚肉 さつまいも揚げ	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん 大根 チンゲン菜	米・油・片栗粉 砂糖 ビーフン	中華だし・醤油・塩 だし・醤油・料理酒 中華だし・醤油・塩 	満月ぼん たべっ子ベイビービスケット 牛乳	満月ボン たべっ子ベイビービスケット 牛乳					
26	月	豚肉と野菜の甘辛炒め さつまいものあおさ焼 ごはん 味噌汁	豚肉 油揚げ・味噌	人参・玉ねぎ・ごぼう・まいたけ・小松菜 あおさのり 白菜・わかめ	油・砂糖 さつまいも・油 米	醤油・本みりん・料理酒 塩 だし	ムーンライトクッキー せんべい(ばりんこ) 牛乳 	ムーンライトクッキー ばりんこ 牛乳					
★	27	◆お誕生日メニュー◆ ヤンニョムチキン風 マカロニサラダ 五目チャーハン 中華スープ ヤクルト	鶏肉・味噌 豚ひき肉 豆腐 	しょうが 人参・きゅうり 玉ねぎ・ピーマン・コーン わかめ	片栗粉・油・砂糖・白ごま マカロニ・オリーブ油・マヨドレ 米・油 乳酸菌飲料(ヤクルト)	塩・料理酒・トマトケチャップ・本みりん・醤油 中華だし・塩・醤油 中華だし・醤油・塩	チーズケーキ 牛乳	クリームチーズ・小麦粉・ホイップクリーム・砂糖 卵・チョイスビスケット・オリーブ油 牛乳					
28	水	醤油ラーメン しらすと大根のサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉 しらす 	玉ねぎ・人参・小松菜・キャベツ 大根・きゅうり・人参 バナナ	焼きそば用種・油・調合ごま油 油・砂糖	醤油・中華だし・塩 醤油・酢	ポテトチップス 牛乳	じゃが芋・油 塩 牛乳					
29	木	白身魚のチーズフリッター もやしの中華和え ごはん かき玉汁 フルーツ(りんご)	たら・牛乳・粉チーズ 卵	緑豆もやし・人参・さやいんげん わかめ りんご	小麦粉・天ぷら粉・油 調合ごま油 米 おつゆ麩	塩 醤油・本みりん・中華だし だし・醤油・塩	ぼたぼた焼 ビスコ 牛乳	ぼたぼた焼き ビスコ 牛乳					

3歳以上	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
栄養価	531kcal	19.3	18.1	216mg

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*未摂取の食材がある場合は、給食提供日までにお家で複数回食べ進めてください。
給食で初めて食べることがないようにお願いいたします。

※②()内は、0・1歳児です。