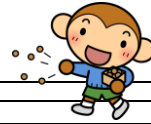




令和6年2月献立表



大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名 録				栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
01 木	昼食	ご飯 ミートボール 大根サラダ みそ汁	白米(亀岡) 砂糖、片栗粉、油	ミートボール ツナ缶(タイ) みそ、油揚げ いりこ	玉ねぎ(兵庫)、グリーンピース(インド) 大根(長崎)、きゅうり(高知) キャベツ(愛知)、人参(長崎)	ケチャップ、コンソメ ノンオイル和風ドレッシング かつお・昆布だし汁	エネルギー 408 kcal たんぱく質 14.7 g 脂 質 12.4 g カルシウム 95 mg
	午後 おやつ	お茶 ばりんこ	ばりんこ				
02 金	昼食	恵方巻き ほうれん草のお浸し 福豆 すまし汁	白米(亀岡)、砂糖	錦糸玉子 カニカマ(卵含む) 福豆(国産) ほしのり、いりこ	きゅうり(高知)、かんぴょう(乾燥) もやし(静岡)、ほうれん草(ミャンマー) 大根(長崎)、人参(長崎) しめじ(長野)、ねぎ(兵庫)	酢、濃口しょうゆ 和風だしの素、塩 淡口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 557 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 16.9 g カルシウム 308 mg
	午後 おやつ	牛乳 大豆マフィン	ホットケーキミックス(乳含む) 油、砂糖	牛乳、たまご(香川) 水煮大豆(国産)			
03 土	お弁当の日						
05 月	昼食	ご飯 鶏肉のごま照焼き キャベツサラダ みそ汁	白米(亀岡) 砂糖 マヨネーズ(卵含む)	鶏むね肉(熊本)、白ごま 木綿豆腐、みそ カットわかめ(中国) いりこ	キャベツ(愛知) コーン(アメリカ) 人参(長崎) 玉ねぎ(兵庫)	みりん 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 487 kcal たんぱく質 25.8 g 脂 質 12.2 g カルシウム 113 mg
	午後 おやつ	お茶 チャーハン	白米(亀岡)、油	豚ひき肉(鹿児島) たまご(香川)	人参(長崎)、玉ねぎ(兵庫)	濃口しょうゆ、和風だしの素 パセリ粉、塩	
06 火	昼食	御飯 ポークビーンズ ブロッコリーのごま和え スープ	白米(亀岡) じゃが芋(北海道) 油、砂糖	水煮大豆(国産) 豚もも肉(鹿児島) 白ごま、いりこ カットわかめ(中国)	ほうれん草(ミャンマー) トマト缶(イタリア) ブロッコリー(エクアドル)、人参(長崎) コーン(アメリカ)、玉ねぎ(兵庫)	パセリ粉 ケチャップ、塩 濃口しょうゆ コンソメ	エネルギー 535 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 20.6 g カルシウム 284 mg
	午後 おやつ	牛乳 ショートブレッド	小麦粉、砂糖	牛乳 無塩バター(乳含む)		塩	
07 水	昼食	三色どんぶり 大根と揚げの煮物 みそ汁	白米(亀岡)、油 砂糖	鶏ひき肉(熊本) 油揚げ、たまご(香川) みそ、細切のり いりこ	ほうれん草(ミャンマー) 大根(長崎)、人参(長崎)、絹さや(中国) 白菜(茨城)、えのき(長野) しょうが(中国)、ねぎ(兵庫)	みりん、塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁 料理酒	エネルギー 533 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 18.5 g カルシウム 279 mg
	午後 おやつ	牛乳 シュガートースト	食パン(乳含む)、砂糖	牛乳 無塩バター(乳含む)			
08 木	昼食	御飯 鶏の唐揚げ ほうれん草のお浸し みそ汁	白米(亀岡) 油、片栗粉	鶏もも肉(熊本) みそ、油揚げ 木綿豆腐 いりこ	ほうれん草(ミャンマー) しょうが(中国) もやし(静岡)、人参(長崎) 玉ねぎ(兵庫)	料理酒 濃口しょうゆ 和風だしの素 かつお・昆布だし汁	エネルギー 478 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 14.8 g カルシウム 253 mg
	午後 おやつ	牛乳 ボン菓子	砂糖 白米(亀岡)	牛乳		塩	
09 金	昼食	ご飯 ピンクサーモンの塩焼き 白和え みそ汁	白米(亀岡) 砂糖	ピンクサーモン(国内) 木綿豆腐、白ごま みそ いりこ	ほうれん草(ミャンマー) 人参(長崎) もやし(静岡) 白菜(茨城)、ねぎ(兵庫)	塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 486 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 6.9 g カルシウム 162 mg
	午後 おやつ	お茶 ぜんざい(乳児汁粉とせんべい)	クラッカー(乳児) もち米、砂糖	こしあん、つぶあん			
10 土	お弁当の日						
12 月	振替休日						
13 火	昼食	ご飯 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ みそ汁	白米(亀岡) 油、小麦粉 マヨネーズ(卵含む) マカロニ	鶏むね肉(熊本) 木綿豆腐 みそ いりこ	人参(長崎) トマト缶(イタリア)、グリーンピース(インド) ブロッコリー(エクアドル) 玉ねぎ(兵庫)、ほうれん草(ミャンマー)	塩 ケチャップ、コンソメ かつお・昆布だし汁	エネルギー 607 kcal たんぱく質 28.2 g 脂 質 22.2 g カルシウム 269 mg
	午後 おやつ	牛乳 おふラスク	麩、砂糖	牛乳 バター(乳含む)			
14 水	昼食	ご飯 さばのみそ煮 切り干し大根の煮物 すまし汁	白米(亀岡) 片栗粉 砂糖	さば(ノルウェー)、みそ 油揚げ カットわかめ(中国) いりこ	いんげん(タイ) しょうが(中国) 人参(長崎)、切干大根(宮崎) えのき(長野)、白ねぎ(兵庫)	淡口しょうゆ、塩 料理酒、濃口しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 610 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 24.0 g カルシウム 266 mg
	午後 おやつ	牛乳 ココアロッククッキー	小麦粉、砂糖、油	牛乳、たまご(香川) 無塩バター(乳含む)		ココア	
15 木	昼食	ご飯 八宝菜 春巻 スープ	白米(亀岡) 砂糖 油 片栗粉	豚もも肉(鹿児島) 春巻き(乳含む) 豆腐、わかめ いりこ	白菜(茨城)、玉ねぎ(兵庫) 人参(長崎)、絹さや(中国) たけのこ(中国) ねぎ(兵庫)	濃口しょうゆ 料理酒 和風だしの素 中華だしの素、塩	エネルギー 580 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 18.3 g カルシウム 111 mg
	午後 おやつ	お茶 炊き込みご飯	白米(亀岡)、砂糖	鶏もも肉(熊本)、油揚げ	しめじ(長野)、人参(長崎)	濃口しょうゆ 料理酒、塩	

*献立にたくさんメニューがありますので、スプーン、フォーク、お箸の3点セットになっているものをご用意頂き、毎日持たせてください。
また、持ち帰りました、スプーン、フォーク、お箸、ケースは毎日きれいに洗ってから翌日持たせてください。



令和6年2月献立表



大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				栄養価
			黄	赤	緑	その他	
			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		
16 金	昼食	ハヤシライス 春雨サラダ オレンジ	白米(亀岡)、油 春雨、砂糖、ごま油 じゃが芋(北海道)	豚もも肉(鹿児島) いりこ	玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎) もやし(静岡)、キャベツ(愛知) オレンジ(オーストラリア)	ハヤシルウ 酢、濃口しょうゆ ケチャップ ウスターソース	エネルギー 583 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 16.4 g カルシウム 306 mg
	午後 おやつ	牛乳 ケーキサレ	じゃが芋(北海道) ホットケーキミックス(乳含む)	牛乳、ウインナー 粉チーズ(乳 含む)	コーン(アメリカ)、人参(長崎)		
17 土	お弁当の日						
19 月	昼食	ご飯 豚カツ キャベツのゆかり和え みそ汁	白米(亀岡) 油	トンカツ(乳 含む) 木綿豆腐 みそ いりこ	キャベツ(愛知) 玉ねぎ(兵庫) もやし(静岡) 人参(長崎)	ウスターソース ケチャップ ゆかり粉、濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 556 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 17.0 g カルシウム 270 mg
	午後 おやつ	牛乳 マカロニきなこ	マカロニ、砂糖	牛乳 きなこ		塩	
20 火	昼食	ご飯 アジの胡麻焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁	白米(亀岡) 油 片栗粉、砂糖 麩	あじ(ニュージーランド)、白ごま 鶏ひき肉(熊本)、みそ カットわかめ(中国) いりこ	ほうれん草(ミャンマー) いんげん(タイ) 大根(長崎) 玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎)	みりん 料理酒 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 492 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 17.5 g カルシウム 147 mg
	午後 おやつ	お茶 ソース焼きそば	焼きそば麺、油	豚もも肉(鹿児島) 青のり	キャベツ(愛知)、玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎)	ウスターソース、塩	
21 水	昼食	御飯 鶏肉のてんぷら 白菜の和え物 みそ汁	白米(亀岡) 油、片栗粉 小麦粉	鶏むね肉(熊本) 油揚げ、木綿豆腐、みそ カットわかめ(中国) いりこ	人参(長崎) 白菜(茨城) 玉ねぎ(兵庫)	みりん 塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 429 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 15.1 g カルシウム 109 mg
	午後 おやつ	お茶 源氏パイ	源氏パイ				
22 木	昼食	ロールパン クリームシチュー コールスローサラダ りんご	ロールパン(乳 含む) じゃが芋(北海道) 砂糖 油	鶏もも肉(熊本) いりこ	グリーンピース(インド) 玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎) キャベツ(愛知)、コーン(アメリカ) りんご(青森)	クリームシチューの素 酢、塩	エネルギー 358 kcal たんぱく質 10.9 g 脂 質 9.1 g カルシウム 95 mg
	午後 おやつ	お茶 昆布おにぎり	白米(亀岡)		こんぶ佃煮		
23 金	天皇誕生日						
24 土	お弁当の日						
26 月	昼食	五目御飯 焼きビーフン いんげんのごま和え みそ汁	白米(亀岡) ビーフン、油、ごま油 砂糖、糸コンニャク 里芋(中国)	鶏もも肉(熊本)、油揚げ 豚もも肉(鹿児島) 白ごま みそ、いりこ	人参(長崎)、ごぼう(北海道) 玉ねぎ(兵庫)、キャベツ(愛知) いんげん(タイ) 大根(長崎)、ねぎ(兵庫)	みりん、料理酒、塩 中華だしの素 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 627 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 16.8 g カルシウム 319 mg
	午後 おやつ	牛乳 おからドーナツ	ホットケーキミックス(乳含む) 砂糖、油	牛乳 おから			
27 火	昼食	ご飯 ミートローフ、添えブロッコリー スパゲティサラダ スープ	白米(亀岡) パン粉、油、砂糖 マヨネーズ(卵 含む) スパゲッティ	牛乳、合ひき肉(国産・アメリカ) 豚ひき肉(鹿児島) ハム(卵 乳含む) たまご(香川)、いりこ	ブロッコリー(エクアドル) 玉ねぎ(兵庫)、ミックスベジタブル(中国) いんげん(タイ) 人参(長崎)	ケチャップ 塩、ウスターソース コンソメ パセリ粉、塩	エネルギー 728 kcal たんぱく質 27.9 g 脂 質 33.1 g カルシウム 308 mg
	午後 おやつ	牛乳 ブラウニー	ホットケーキミックス(乳含む) マーガリン、油	牛乳 たまご(香川)		ココア	
28 水	昼食	親子丼 卵の花 にゅうめん汁	白米(亀岡) 糸コンニャク そうめん 砂糖、ごま油	たまご(香川) おから(アメリカ)、ちくわ 油揚げ、鶏もも肉(熊本) いりこ、細切のり	玉ねぎ(兵庫) 人参(長崎) 白菜(茨城) ねぎ(兵庫)	みりん 濃口しょうゆ、料理酒 かつお・昆布だし汁 塩	エネルギー 564 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 14.1 g カルシウム 128 mg
	午後 おやつ	お茶 五平餅	白米(亀岡)、もち米、砂糖	みそ、白ごま		みりん	
29 木	昼食	ご飯 さばのみぞれ煮 五目豆 みそ汁	白米(亀岡) 砂糖	さば(ノルウェー) 水煮大豆(国産) 豆腐、みそ、いりこ こんぶ(煮物用)	いんげん(タイ) 大根(長崎)、ねぎ(兵庫) 人参(長崎)、ごぼう(北海道) ほうれん草(ミャンマー)、玉ねぎ(兵庫)	料理酒、塩 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 442 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 14.2 g カルシウム 142 mg
	午後 おやつ	お茶 うどんスナック	うどん、油、砂糖				

* 午前のおやつは乳児のみです。月・水・金は牛乳、火・木はヨーグルトになります。

* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

* 天候や仕入れ先の入荷状況によって表記の原産地とは異なる産地から食材を入荷することがあります。

