

予定献立表 (未満児)

令和8年2月1日～令和8年2月28日分
給食日数 22日

調理場名: わかくさ保育園
コース名: わかくさ保育園

月	日	曜日	10時	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 相当量 [g]
2	2	月	牛乳100ml	ごはん, 花しゅうまい, 中華づけ, 豆腐・えのき・わかめの味噌汁	麦茶, せんべい(10g)	生乳, ぶたひき肉, 豆腐, 煎干し, 湯通し塩蔵わかめ, かつお節	こめ, 薄力粉, でん粉, 植物油脂	しょうが, たまねぎ, 乾しいたけ, きゅうり, にんじん, えのきだけ	476	21.6	12.2	2.2
	3	火	麦茶	ごはん, 麻婆豆腐, じやがいもサラダ(マヨドレ), 大根と揚げの味噌汁	牛乳100ml, おたのしみまんじゅう	豆腐, ぶたひき肉, かつお節, 油揚げ, 生乳	こめ, でん粉, 車糖, 植物油脂, じやがいも, マヨネーズ, まんじゅう	根深ねぎ, しょうが, にんにく, にんじん, きゅうり, だいこん	598	20.7	17.7	2.1
	4	水	ヤクルト	ごはん, チキンカレー, 小松菜のサラダ, カブとウインナーのミルクスープ	麦茶, マカロニのあべかわ	ヤクルト, とりむね〔成鶏肉〕, ソーセージ, 生乳, きな粉	こめ, じやがいも, 植物油脂, 車糖, マカロニ・スペグッティ, ざらめ糖	にんじん, たまねぎ, にんにく, こまつな, スイートコーン 缶詰, かぶ, かぶ葉	561	17.2	15.3	2.3
	5	木	麦茶	チキンピラフ, ポイルウインナー(30g), 切干サラダ, 卵スープ	麦茶, 人參ケーキ	とりむね〔若鶏肉〕, ソーセージ, 全卵, 生乳	こめ, 植物油脂, 普通はるさめ, 車糖, でん粉, 薄力粉, バター	たまねぎ, にんじん, 青ピーマン, 切干したいこん, きゅうり, 生じいたけ	510	17.4	18.6	2.2
	6	金	麦茶	ごはん, 鶏のからあげ, マカロニサラダ(マヨドレ), キャベツともやしのスープ, おれんじ	牛乳100ml, ピザトースト	全卵, とりむね〔成鶏肉〕, 生乳, ベーコン, ピザ用チーズ	こめ, でん粉, 植物油脂, マカロニ・スペグッティ, マヨネーズ, 食パン	しょうが, にんにく, きゅうり, にんじん, スイートコーン 缶詰, キャベツ, りよくとうもやし, ネーブル, 青ピーマン, たまねぎ	645	25.1	21.6	2.1
	7	土	せんべい(10g)	小型パン, 牛乳200ml(パック), ばなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉, 車糖, ミルクチョコレート, バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	9	月	牛乳100ml	ごはん, 磯煮(水煮), 玉葱とわかめのスープ, 春雨とハムの拌三糸, バナナ(1/2本)	麦茶, せんべい(10g)	生乳, だいす水煮缶詰, ぶたもも, 焼き竹輪, 油揚げ, 湯通し塩蔵わかめ, ハム	こめ, 植物油脂, 車糖, 緑豆はるさめ	にんじん, ひじき, たまねぎ, きゅうり, バナナ	485	16.8	10.8	1.9
	10	火	麦茶	ごはん, 炒り豆腐(鶏), キャベツときゅうりのサラダ, チンゲン菜のスープ	牛乳100ml, サンドイッチ	豆腐, とりひき肉, 全卵, 生乳	こめ, 植物油脂, ざらめ糖, サンドイッチ	にんじん, ごぼう, グリンピース水煮缶詰, キャベツ, きゅうり, チンゲンサイ	594	20.8	17.4	2.4
	12	木	ヤクルト	ごはん, チキンナゲット, 鮎とわかめの味噌汁, 切干サラダ, バナナ(1/2本)	牛乳100ml, コーンフレーク	ヤクルト, とりひき肉, 湯通し塩蔵わかめ, 煎干し, 生乳	こめ, 植物油脂, 普通はるさめ, 車糖, コーンフレーク	根深ねぎ, にんじん, 切干したいこん, きゅうり, バナナ	515	14.6	11.0	2.3
	13	金	牛乳100ml	たこらいます, 大根とベーコンのスープ, おれんじ	牛乳100ml, ブラウニー	生乳, ハム, ぶたひき肉, ベーコン, 全卵	こめ, 植物油脂, 車糖, 薄力粉	にんじん, たまねぎ, トマト 缶詰, ミニトマト, だいこん, 根深ねぎ, 乾しいたけ, ネーブル	513	19.3	14.1	1.2
	14	土	せんべい(10g)	小型パン, 牛乳200ml(パック), ばなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉, 車糖, ミルクチョコレート, バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	16	月	牛乳100ml	ごはん, 鶏ちゃんこ, 切干サラダ, ちくわの磯辺揚げ, バナナ(1/2本)	麦茶, せんべい(10g)	生乳, とりむね〔成鶏肉〕, 油揚げ, 焼き竹輪, あおのり	こめ, 板こんにゃく, ごま, 植物油脂, 普通はるさめ, 車糖, プレミックス粉	だいこん, にんじん, はくさい, 根深ねぎ, にんにく, しょうが, 切干したいこん, きゅうり, バナナ	604	21.3	18.5	3.0
	17	火	麦茶	ごはん, 大根のきんぴら, じやが芋と人参の味噌汁, 中華づけ	牛乳100ml, 蒸しパン	ぶたかた, さつま揚げ, 生乳, 全卵	こめ, 植物油脂, 車糖, じやがいも, 薄力粉	にんじん, 青ピーマン, だいこん, 根深ねぎ, きゅうり	574	17.0	14.2	2.1
	18	水	ヤクルト	ごはん, 野菜カレー(冬), コールスロー, 小松菜としめじのミルクスープ, おれんじ	麦茶, せんべい(10g)	ヤクルト, ぶたばら, 生乳, ベーコン	こめ, じやがいも, 植物油脂	にんじん, たまねぎ, 西洋かぼちゃ, キャベツ, スイートコーン 缶詰, ほんしめじ, こまつな, ネーブル	539	12.5	15.6	2.8
	19	木	麦茶	ひじきご飯, 鮎とわかめの味噌汁, カブと胡瓜の塩もみ, ポイルウインナー(20g)	麦茶, にくまん	油揚げ, 湯通し塩蔵わかめ, 煎干し, ソーセージ, 粉乳, ぶたひき肉	こめ, ざらめ糖, 植物油脂, 薄力粉, 車糖, 米粉, ショートニング	ひじき, にんじん, 乾しいたけ, スイートコーン, えだまめ, 根深ねぎ, かぶ, きゅうり, たまねぎ, にら	448	16.6	15.4	2.1
	20	金	麦茶	ごはん, にくだんごのあまからに, きのこスープ(中華), きゅうりとつなのかさだ, バナナ(1/2本)	牛乳100ml, ロールケーキ(50g)	ぶたひき肉, 全卵, ベーコン, まぐろ 缶詰, 生乳	こめ, パン粉, でん粉, 植物油脂, 車糖, スポンジケーキ	にんじん, たまねぎ, えのきだけ, ほんしめじ, 生じいたけ, キャベツ, きゅうり, バナナ	712	23.8	25.8	1.7
	21	土	せんべい(10g)	小型パン, 牛乳200ml(パック), ばなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉, 車糖, ミルクチョコレート, バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	24	火	牛乳100ml	ごはん, 焦込みうどん(ゆで60鶏), さつまあげの煮付, 胡瓜のピクルス, おれんじ	せんべい(10g), 麦茶	生乳, とりむね〔成鶏肉〕, 油揚げ, 煎干し, さつま揚げ	こめ, うどん, 車糖, 植物油脂	にんじん, 根深ねぎ, きゅうり, ネーブル	481	17.9	8.3	3.2
	25	水	麦茶	きつづびんば, 胡瓜の塩もみ, 豆腐・わかめ・葱の味噌汁	ヨーグルト	全卵, ぶたひき肉, 豆腐, 煎干し, 湯通し塩蔵わかめ, ヨーグルト	こめ, 植物油脂, ごま, 車糖	にんじん, こまつな, ブラックマッシュモモやし, きゅうり, 根深ねぎ	442	18.8	11.6	1.4
	26	木	ヤクルト	ごはん, すきやき(豚), 大根と揚げの味噌汁, 胡瓜ともやしのナムル	麦茶, おこのみやき	ヤクルト, ぶたかたロース〔中型種肉〕, 豆腐, かつお節, 油揚げ, ぶたひき肉, 全卵, ベーコン	こめ, しらたき, 車糖, 植物油脂, ごま, 中力粉, マヨネーズ	はくさい, 根深ねぎ, にんじん, えのきだけ, だいこん, きゅうり, りよくとうもやし, キャベツ, スイートコーン 缶詰	539	19.2	17.0	2.3
	27	金	麦茶	ごはん, チキン南蛮タルタル, かぼちゃのサラダ(マヨドレ), おれんじ	牛乳100ml, ビスケット(15g)	とりむね〔成鶏肉〕, 全卵, 生乳	こめ, 薄力粉, 植物油脂, 車糖, マヨネーズ, ビスケット	西洋かぼちゃ, きゅうり, にんじん, スイートコーン 缶詰, ネーブル	601	18.2	25.6	1.2
	28	土	せんべい(10g)	小型パン, 牛乳200ml(パック), ばなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉, 車糖, ミルクチョコレート, バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0

期間平均

534 17.6 15.3 1.9