



## 下羽栗保育所 2月の献立（乳児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材	kcal	塩分
2	月	サッポロポテト	ごはん、ふりかけ、コロッケ、スパゲティサラダ、味噌汁	サブレ	米//ふりかけ//コロッケ//スパゲティ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//白菜、わかめ、葱	牛乳 537	1.8
節分	3	火	ボーロ	鬼まんじゅう	米、胡瓜、人参、しいたけ、錦糸卵、でんぶ、ツナ、かんぴょう、のり//ほうれん草、えのき、人参//かまぼこ、わかめ、葱//ホットケーキミックス、卵、牛乳、さつま芋	牛乳 537	1.9
	4	水	ばりんこ	ビスコ	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//いんげん、人参、かにかま、マヨネーズ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 560	1.7
5	木	雪の宿	ゆかりごはん、おでん、ブロッコリーサラダ、フルーツ	麩ラスク	米、ゆかり//大根、竹輪、さつま揚げ、里芋、うすら卵//ブロッコリー、人参、コーン、ドレッシング//パイン缶//麩、マーガリン	牛乳 556	1.7
6	金	いわしっこ・一口ゼリー	パン、焼きビーフン、南瓜サラダ、味噌汁	ハッピーターン	パン、ジャム//ビーフン、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//かぼちゃ、枝豆、ハム、マヨネーズ//豆腐、オクラ、わかめ	牛乳 553	2.2
7	土	サブレ	親子うどん、小松菜のしらす和え、フルーツ	雪の宿	うどん、鶏肉、卵、玉葱、人参、葱//小松菜、人参、しらす//みかん缶	牛乳 445	1.9
9	月	かっぱえびせん	ごはん、チキン味噌カツ、ほうれん草ゆかり和え、吸物	ブライム	米//チキンカツ//ほうれん草、人参、ゆかり//えのき、葱、麩	牛乳 507	2.0
10	火	星たべよ	わかめごはん、煮魚、かにかまサラダ、フルーツ	カルシウムせんべい	米、わかめご飯の素//赤魚//いんげん、もやし、人参、かにかま、ドレッシング//黄桃缶	牛乳 480	1.3
12	木	ハッピーターン	スパゲティミートソース、コーンサラダ、コンソメスープ	しるこサンド	スパゲティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、トマトソース、ケチャップ//ブロッコリー、コーン、マヨネーズ//玉葱、人参、パセリ	牛乳 495	1.5
13	金	黒棒	ごはん、豚こらもやし、チンゲン菜おかか和え、中華コーンスープ	バナナケーキ	米//豚肉、もやし、人参、こら//チンゲン菜、人参、かつお節//卵、葱、コーンクリーム缶//ホットケーキミックス、卵、牛乳、バナナ	牛乳 526	1.5
14	土	ハッピーターン	ラーメン、ウインナー、フルーツ	しるこサンド	ラーメン、豚肉、キャベツ、もやし、人参、コーン、葱//ウインナー、ケチャップ//パイン缶	牛乳 500	1.9
16	月	ビスコ	ごはん、ハンバーグ煮込みソースかけ、ポテトのチーズ焼き、スープ	サッポロポテト	米//ハンバーグ、玉葱、しめじ、シチューの素//じゃが芋、チーズ、マヨネーズ//白菜、人参、枝豆	牛乳 541	1.7
17	火	ばりんこ	ビビンバ丼、ブロッコリーサラダ、わかめスープ	フルーチェ	米、合挽ミンチ、ほうれん草、人参、もやし、ごま//ブロッコリー、人参、ツナ、ドレッシング//わかめ、葱、コーン//フルーチェの素、牛乳	牛乳 487	1.3
18	水	ベジたべる	けんちんうどん、竹輪の磯部揚げ、フルーツ	黒棒	うどん、鶏肉、大根、人参、ごぼう、しいたけ、葱、油揚げ//竹輪、てんぷら粉、青のり//みかん缶	牛乳 489	2.0
19	木	サブレ	ごはん、チャブチェ風、ひじきとさつま揚げの炒り煮、吸物	マカロニきな粉	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ひじき、玉葱、人参、さつま揚げ//豆腐、みつば、麩//マカロニ、きな粉	牛乳 507	1.8
20	金	ハーベスト	ごはん、鶏肉の唐揚げ、大根サラダ、味噌汁	ぼたぼた焼き	米//鶏肉//大根、人参、ツナ、ドレッシング//オクラ、油揚げ、わかめ	牛乳 544	1.4
21	土	ハッピーターン	焼きそば、ウインナー、スープ	黒棒	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン//ウインナー、ケチャップ//玉葱、人参、わかめ	牛乳 498	1.9
24	火	しるこサンド	ごはん、ふりかけ、白身フライ、切干大根煮、味噌汁	かっぱえびせん	米//ふりかけ//白身フライ//切干大根、人参、さつま揚げ//白菜、葱、油揚げ	牛乳 514	2.0
25	水	白い風船・一口ゼリー	野菜たっぷりカレー、もやしハムサラダ、フルーツヨーグルト	ハッピーターン	米、豚肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉//もやし、ハム、コーン、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 537	1.4
26	木	雪の宿	ごはん、肉団子ケチャップ炒め、春雨サラダ、中華卵スープ	大学芋	米//肉団子、玉葱、ピーマン、ケチャップ//春雨、胡瓜、人参、ドレッシング//卵、玉葱、コーン//さつま芋	牛乳 508	1.5
27	金	星たべよ	ちゃんぽん麺、春巻き、フルーツ	ビスコ	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、もやし、コーン、うすら卵、なると、葱//春巻き//みかん缶	牛乳 475	1.7
28	土	生活発表会					

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。



## 下羽栗保育所 2月の献立（幼児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材		kcal	塩分
2	月	ごはん、ふりかけ、コロッケ、スパゲティサラダ、味噌汁		サブレ	米//ふりかけ//コロッケ//スパゲティ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//白菜、わかめ、葱	牛乳	595	2.1
節分	3	火 散らし寿司、お浸し、吸物、一口ゼリー		鬼まんじゅう	米、胡瓜、人参、しいたけ、錦糸卵、でんぶ、ツナ、かんぴょう、のり//ほうれん草、えのき、人参//かまぼこ、わかめ、葱//ホットケーキミックス、卵、牛乳、さつま芋	牛乳	555	2.0
	4	水 カレーライス、いんげんサラダ、フルーツヨーグルト		ビスコ	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//いんげん、人参、かにかま、マヨネーズ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	570	1.5
	5	木 ゆかりごはん、おでん、ブロッコリーサラダ、フルーツ		麩ラスク	米、ゆかり//大根、竹輪、さつま揚げ、里芋、うすら卵//ブロッコリー、人参、コーン、ドレッシング//パイン缶//麩、マーガリン	牛乳	565	1.8
	6	金 パン、焼きビーフン、南瓜サラダ、味噌汁		ハッピーターン	パン、ジャム//ビーフン、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//かぼちゃ、枝豆、ハム、マヨネーズ//豆腐、オクラ、わかめ	牛乳	597	2.3
	7	土	サブレ	親子うどん、小松菜のしらす和え、フルーツ	雪の宿	うどん、鶏肉、卵、玉葱、人参、葱//小松菜、人参、しらす//みかん缶	牛乳	506
9	月	ごはん、チキン味噌カツ、ほうれん草ゆかり和え、吸物		ブライム	米//チキンカツ//ほうれん草、人参、ゆかり//えのき、葱、麩	牛乳	557	2.3
10	火	わかめごはん、煮魚、かにかまサラダ、フルーツ		カルシウムせんべい	米、わかめご飯の素//赤魚//いんげん、もやし、人参、かにかま、ドレッシング//黄桃缶	牛乳	508	1.3
12	木	スパゲティミートソース、コーンサラダ、コンソメスープ		しるこサンド	スパゲティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、トマトソース、ケチャップ//ブロッコリー、コーン、マヨネーズ//玉葱、人参、パセリ	牛乳	509	1.4
13	金	ごはん、豚こらもやし、チンゲン菜おかか和え、中華コンソメスープ		バナナケーキ	米//豚肉、もやし、人参、こら//チンゲン菜、人参、かつお節//卵、葱、コーンクリーム缶//ホットケーキミックス、卵、牛乳、バナナ	牛乳	532	1.5
14	土	ハッピーターン	ラーメン、ウインナー、フルーツ	しるこサンド	ラーメン、豚肉、キャベツ、もやし、人参、コーン、葱//ウインナー、ケチャップ//パイン缶	牛乳	630	2.3
16	月	ごはん、ハンバーグ煮込みソースかけ、ポテトのチーズ焼き、スープ		サッポロポテト	米//ハンバーグ、玉葱、しめじ、シチューの素//じゃが芋、チーズ、マヨネーズ//白菜、人参、枝豆	牛乳	593	2.0
17	火	ビビンバ丼、ブロッコリーサラダ、わかめスープ		フルーチェ	米、合挽ミンチ、ほうれん草、人参、もやし、ごま//ブロッコリー、人参、ツナ、ドレッシング//わかめ、葱、コーン//フルーチェの素、牛乳	牛乳	499	1.3
18	水	けんちんうどん、竹輪の磯部揚げ、フルーツ		黒棒	うどん、鶏肉、大根、人参、ごぼう、しいたけ、葱、油揚げ//竹輪、てんぷら粉、青のり//みかん缶	牛乳	487	2.0
19	木	ごはん、チャブチェ風、ひじきとさつま揚げの炒り煮、吸物		マカロニきな粉	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ひじき、玉葱、人参、さつま揚げ//豆腐、みつば、麩//マカロニ、きな粉	牛乳	506	1.7
20	金	ごはん、鶏肉の唐揚げ、大根サラダ、味噌汁		ぼたぼた焼き	米//鶏肉//大根、人参、ツナ、ドレッシング//オクラ、油揚げ、わかめ	牛乳	602	1.2
21	土	ハッピーターン	焼きそば、ウインナー、スープ	黒棒	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン//ウインナー、ケチャップ//玉葱、人参、わかめ	牛乳	636	2.4
24	火	ごはん、ふりかけ、白身フライ、切干大根煮、味噌汁		かっぱえびせん	米//ふりかけ//白身フライ//切干大根、人参、さつま揚げ//白菜、葱、油揚げ	牛乳	554	2.4
25	水	野菜たっぷりカレー、もやしハムサラダ、フルーツヨーグルト		ハッピーターン	米、豚肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉//もやし、ハム、コーン、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	563	1.5
26	木	ごはん、肉団子ケチャップ炒め、春雨サラダ、中華卵スープ		大学芋	米//肉団子、玉葱、ピーマン、ケチャップ//春雨、胡瓜、人参、ドレッシング//卵、玉葱、コーン//さつま芋	牛乳	526	1.3
27	金	ちゃんぽん麺、春巻き、フルーツ		ビスコ	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、もやし、コーン、うすら卵、なると、葱//春巻き//みかん缶	牛乳	502	1.9
28	土	生活発表会						

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。

