



2月 給食献立表

(3~5歳児)



令和4年2月1日
 幼保連携型認定こども園
 中央文化保育園
 園長 町田 美智子

日	曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	エネルギー (kcal)	
1	火	ごはん・ツナポテトオムレツ・根菜のきんぴら、せんぎりみそ汁	鶏卵 チーズ じゃがいも ごぼう 系こん キャベツ	鬼まんじゅう風 蒸しパン 牛乳	407	
2	水	ごま納豆ごはん・たらのコーンクリーム焼き チンゲン菜の磯和え・ねぎじゃが汁	納豆 たら切身 コーン チンゲン菜 刻みのり 長ねぎ	おかし フルーツ ジュース	370	
3	木	《誕生会》 恵方巻・鶏つくね・豆とひじきのマヨ和え・花麩のみそ汁・ぶどうゼリー	鶏つくね 大豆 枝豆 ひじき 花麩 小松菜 人参 しめじ	おかし 牛乳	539	
4	金	山菜うどん・春巻き・りんごヨーグルト	うどん 大根 ぜんまい水煮 なめこ 油揚げ 春巻き なた	バナナホイップ サンド 牛乳	487	
5	土	ごはん・生揚げのケチャップ炒め・わかめの酢の物・もやしのみそ汁	生揚げ ウィンナー 玉ねぎ 塩蔵わかめ もやし 鶏卵	おかし 牛乳	374	
7	月	バターロール・トマトクリームシチュー マカロニときゅうりのごまドレサダ・野菜ジュース	バターロール 鶏もも肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ マカロニ	動物シアチーズ オレンジ ジュース	493	
8	火	ごはん・あじフライ・ほうれん草のごま和え・若竹みそ汁	あじ切身 ほうれん草 ちくわ 塩蔵わかめ たけのこ水煮	おかし 牛乳	397	
9	水	☆肉の日メニュー 焼肉丼・かぼちゃの甘煮・五目中華スープ	豚肩ロース肉 キャベツ かぼちゃ 白菜 えのき なた 長ねぎ	フルーツポンチ 麦茶	394	
10	木	和風ツナスパゲッティ・野菜たっぷりポトフ・ソファール	スパゲッティ ツナフレーク キャベツ ウィンナー しめじ	スナック スティック 牛乳	430	
11	金	建 国 記 念 の 日				
12	土	ごはん・洋風卵とじ・すき昆布の炒め煮・高野豆腐のみそ汁	鶏卵 すき昆布 人参 系こん 高野豆腐 チンゲン菜 なめこ	おかし 牛乳	339	
14	月	ごはん・キーマカレー・福神漬・春雨の甘酢和え・白ぶどうジュース	豚挽肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 春雨 ツナフレーク	お米de ガトーショコラ 牛乳	538	
15	火	☆自分でサンドイッチを作ってみよう！ ハムチーズサンド・トマトミートオムレツ・ブロッコリーとコーンの中華サラダ・ホットミルク	食パン スライスチーズ ロースハム オムレツブロッコリー	おかし 麦茶	402	
16	水	ふりかけごはん・さばのみそ煮・白菜のゆかり和え・けんちん汁	さば切身 白菜 魚肉ソーセージ 大根 ごぼう 木綿豆腐 系こん	おかし りんご ジュース	404	
17	木	塩ラーメン・蒸しギョーザ・フルーチェ	中華麺 なた 鶏卵 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 ギョーザ	お好み焼き風 トースト 牛乳	371	
18	金	《冬の運動会》 わかめおにぎり・小松菜の納豆和え・具だくさん豚汁・みかん	小松菜 もやし 人参 納豆 豚もも肉 じゃがいも 生揚げ	さつまいも餅 牛乳	351	
19	土	ごはん・麻婆豆腐・スパゲッティとチーズのごまドレ和え・かき玉みそ汁	木綿豆腐 鶏挽肉 スパゲッティ チーズ 鶏卵 ほうれん草	おかし 牛乳	404	
21	月	ごはん・ブラウンシチュー・大根とわかめの中華サラダ・ジョア	豚もも肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 大根 塩蔵わかめ きゅうり	プリン 麦茶	514	
22	火	☆自分でホットドッグを作ってみよう！ ホットロール・ウィンナー・キャベツのコールスロー・チキンミネストローネ	ホットロール ウィンナー キャベツ 鶏もも肉 トマト缶	おかし 牛乳	347	
23	水	天 皇 誕 生 日				
24	木	ソース焼きそば・中華風コーンスープ・キラキラヨーグルト	中華麺 豚挽肉 キャベツ クリームコーン缶 玉ねぎ	チョコ クロワッサン 牛乳	397	
25	金	ごはん・赤魚の竜田揚げ・もやしのリャンバンサンスー・けの汁・りんご	赤魚切身 もやし 錦糸卵 大根 ぶき水煮 高野豆腐	おかし ヤクルト	397	
26	土	ごはん・五目卵焼き・ひじきの炒め煮・豆腐のみそ汁	五目卵焼き ひじき 系こん 木綿豆腐 もやし 小松菜	おかし 牛乳	367	
28	月	ごはん・すき焼き煮・里芋の塩昆布和え・なめこ汁	焼き豆腐 豚肩ロース肉 白菜 里芋水煮 塩昆布 なめこ	ウィンナー スコーン 牛乳	349	

<ねらい>

・食材の命や食事が出来上がるまでに関わったたくさんの人たちへの感謝の気持ちを持つ。



※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。