

令和6年2月1日

保護者各位

2月 給食献立表

認定こども園 文化保育園
園長 浅田祐起子

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
1(木) 節分 メニュー	牛乳 黄桃	赤鬼のカレーライス つみれ汁 鶏の唐揚げ☆ ブロッコリのおかか和え 一口ゼリー☆	豚ミンチ、玉葱、MIX ベジタブル、ホルトマ、ケチャップ、カレールー☆(小麦、乳、牛脂)、ウイナー(卵乳不使用)、グリーンピース、とんがりコン☆(醤油) つみれ☆(小麦、卵白粉)人参、葱、大根 鶏肉、唐揚げ粉☆(小麦、卵白粉) ブロッコリ、人参、黄パプリカ、花鰹	牛乳 鬼饅頭風蒸しパン (上新粉、ベーキングパウダー、山芋、薩摩芋)
2(金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 けんちん煮 小松菜の胡麻和え	人参、しめじ、玉葱 豚肉、豆腐、じゃが芋、大根、竹輪、人参 小松菜、人参、コン	牛乳 きな粉ラスク (麩、きな粉)
3(土)	牛乳 ハイハイ☆	ロールパン 肉うどん りんご	小麦、卵、乳 うどん、牛肉、玉葱、葱、しめじ、人参	牛乳 市販菓子(小麦)
5(月)	牛乳 りんご	レーズンパン 澄まし汁 クリーム煮 マカロニサラダ*	小麦、卵、乳 人参、大根、ワカメ 鶏肉、キャベツ、玉葱、スキムミルク、シチュウミックス(小麦、乳) mix ベジタブル、ブロッコリ マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、練胡麻	牛乳 ウイナー蒸しパン (ホットケーキ mix、豆乳、玉葱、ウイナー(卵乳不使用))
6(火)	牛乳 キウイ	ゆかり御飯、味噌汁 いりどり 白身魚の南蛮あんかけ	人参、舞茸、法蓮草 鶏肉、じゃが芋、大豆、竹輪、人参、グリーンピース ホキ、玉葱、ピーマン、パプリカ	牛乳 大学芋 (薩摩芋、黒胡麻)
7(水)	牛乳 オレンジ*	ちゃんぽん 肉団子のケチャップ和え ハンバーグ*サラダ*	中華麺(小麦)、豚肉、キャベツ、玉葱、もやし、人参、青梗菜、コン、蒲鉾 肉団子☆(豚肉、大豆)、ケチャップ 鶏肉、キャベツ、胡瓜、人参、わかめ、練胡麻	牛乳 バナナのスティックケーキ☆ (大豆)
8(木)	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 切干大根の煮物 鶏の照り焼き	人参、玉葱、しめじ 豚肉、切干大根、人参、薄揚げ、竹輪 鶏肉	牛乳 オレンジゼリー (オレンジジュース、寒天、ゼラチン(牛皮))
9(金)	牛乳 グレープフルーツ	スタミナ丼 中華スープ 青梗菜のツナ和え	豚肉、玉葱、キャベツ、人参 人参、ニラ、厚揚げ 青梗菜、人参、コン、ツナ	牛乳 田舎ハイ★ (小麦、卵、乳、蜂蜜)
10(土)	牛乳 ハイハイ☆	白胡麻ロール 焼きそば オレンジ*	小麦、卵、乳 中華麺(小麦)、豚肉、玉葱、キャベツ、もやし、人参、焼きそばソース(海老エキス)	牛乳 市販菓子☆(小麦)
13(火)	牛乳 りんご	メープルスティックパン 澄まし汁 チリコンカン いんげんの胡麻和え	小麦、卵、乳 人参、大根、ワカメ 豚ミンチ、玉葱、大豆、ケチャップ、ホルトマ インゲン、胡麻	牛乳 ぶどうゼリー (ぶどうジュース、寒天、ゼラチン(牛皮))
14(水)	牛乳 オレンジ*	青菜ご飯 味噌汁 平天の煮物 白菜の甘酢和え	菜飯☆(大豆) 人参、豆腐、法蓮草 平天、玉葱、牛蒡、蓮根、人参、グリーンピース 白菜、胡瓜、ワカメ、人参	牛乳 きな粉蒸しパン (ホットケーキ mix、豆乳、きな粉、バナナ)
15(木)	牛乳 キウイ	白御飯、味付け海苔 味噌汁 高野豆腐のそぼろ煮 鱈の塩焼き	海苔☆(海老エキス) 人参、薩摩芋、葱 鶏ミンチ、高野豆腐、玉葱、人参、ピーマン 鱈	牛乳 ハケ岳高原りんごヨーグルト★ 鉄強化ウエハース(小麦粉、ココアパウダー、卵殻カルシウム)
16(金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 厚揚げの肉豆腐 五色和え	人参、豆苗、茄子 厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆 小松菜、もやし、人参、しめじ、コン、花鰹	カムカム DAY 牛乳 とうもろこし ぼたぼた焼き☆(醤油)
17(土)	お遊戯会			

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
19 (月)	牛乳 りんご	クオターホル 澄まし汁 五日ピーフン ひじきサラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、ワカメ 豚肉、ピーフン、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン ひじき、ツナ、法蓮草、人参、コン、練胡麻	牛乳 南瓜蒸しパン (ホットケーキ mix、豆乳、南瓜)
20 (火)	牛乳 キウイ	白御飯、味噌汁 いり豆腐 白身魚のみぞれ煮	人参、豆苗、茄子 豆腐、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース ホキ、大根	牛乳 ワッフルフレン★ (小麦、卵、乳)
21 (水)	牛乳 オレンジ	ゆかり御飯、味噌汁 ひじき煮 きのこの胡麻和え	人参、薩摩芋、葱 鶏肉、大豆、人参、ひじき、グリーンピース、薄揚げ、糸蒟蒻、竹輪 しめじ、小松菜、キャベツ、人参、ジャコ、胡麻	牛乳 野菜チヂミ☆ (大豆)
22 (木)	牛乳 グレープ フルーツ	白御飯、味噌汁 すき昆布の煮物 鶏の味噌焼き	人参、舞茸、豆苗 豚肉、昆布、糸蒟蒻、玉葱、人参、竹輪 鶏肉、白味噌	牛乳 寒天のわらび餅風 (寒天、ゼラチン(牛皮)、黒糖、きな粉)
24 (土)	牛乳 ハイハイ☆	スティックパン 五日ラーメン オレンジ	小麦、卵、乳 中華麺(小麦)、豚肉、もやし、青梗菜、人参	牛乳 市販菓子☆(小麦)
26 (月)	牛乳 りんご	レーズンパン 野菜スープ ミトグラタン 胡麻サラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、豆苗 豚ミンチ、茄子、玉葱、ホルトマト、ケチャップ、チーズ キャベツ、胡瓜、人参、ワカメ、練胡麻	牛乳 ツナコン蒸しパン(ホットケーキ mix、豆乳、玉葱、コン、ツナ、カレー粉)
27 (火)	牛乳 キウイ	麻婆丼 中華スープ ナムル	豚ミンチ、玉葱、豆腐、葱、赤味噌 人参、ニラ、茄子 青梗菜、もやし、人参、胡麻	牛乳 みかん 鉄強化ウエハース(小麦粉、ココアパウダー、卵殻カルシウム)
28 (水)	牛乳 オレンジ	白御飯、味噌汁 肉じゃが 鱈の照り焼き	人参、白菜、舞茸 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆 鱈	牛乳 キャロットゼリー(野菜ジュース、寒天、ゼラチン(牛皮))
29 (木) ひな祭り 誕生日 メニュー	牛乳 黄桃	カップ寿司 澄まし汁 ホタテの柱風フライ☆ 菜花のお浸し 苺	蓮根、人参、ジャコ、卵、蒲鉾(小麦、卵白粉) さやいんげん、桜でんぶ 人参、豆腐、ワカメ (小麦、ホタテエキス) 菜花、花鯉	牛乳 誕生日ケーキ☆ (小麦、卵、乳) ※誕生日プレートにはアーモンド を使用しています。

☆印は市販品を使用しています。★印はシャトレゼの商品です。太字は新メニューです。

竹輪、蒲鉾、平天は行事食以外では卵乳小麦不使用の商品を使用しています。

カムカム DAY では市販菓子を使用しています。土曜日の午後間食は平日に使用している市販菓子の中から選んでいます。

市販菓子の原材料の詳細については当園ホームページに掲載しています。ご自由にご活用下さい。

食材の入荷都合等により、内容を予告なく変更する場合があります。予めご了承下さい。

栄養素別給与栄養量(2月平均)

	エネルギー(kal)	タンパク質(g)	脂質(g)
3歳児未満	493	21.6	16.7
3歳児以上	571	25.1	18.9

節分で家族間のコミュニケーション

2月には「節分」の行事があります。「鬼は外、福は内」と声を出しながらお面をかぶった“鬼”に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせるといわれています。このような行事の際には是非、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってほしいものですね。

