

2024年2月予定献立表

★印はぞう組のアンコールメニューです

※日によっては、材料名に記載していない調味料を使用します。ご了承ください。

尾山台保育園

曜日	食	材料名	0.1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	栄養価(昼+おやつ)
月	26	ぶり大根(富山県) 人参のごま味噌和え ごはん じゃがいもと玉葱の味噌汁		鶏五目ごはん 胚芽米・鶏肉・人参・ごぼう・絹さや・油揚げ・白滝・塩・醤油 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	おかかおにぎり 胚芽米・かつお節・醤油 麦茶	エネルギー 491 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 17.2 g
火	13 27	スパニッシュオムレツ 小松菜もやし和え ごはん なめこの味噌汁		★フルーツクリームサンド(黄桃) 食パン・生クリーム・砂糖・黄桃缶 くだもの・牛乳(0歳児 汁物・おにぎり付き)	ツナおにぎり 胚芽米・ツナ缶・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 545 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 13 g
水	14 28	ニラと豆腐のハンバーグ かぶとかにのサラダ ごはん 菜の花と豆腐のすまし汁		煮込みうどん 干めん・豚肉・白菜・人参・長ねぎ・ごぼう・生椎茸・青菜 醤油・塩・かつおだし くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	味噌おにぎり 胚芽米・味噌・みりん・白ごま 麦茶	エネルギー 503 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 19.1 g
木	1 15 29	★夏野菜カレー きゅうりの甘酢漬け 大根の味噌汁	酢抜き	炊きおこわ 胚芽米・もち米・人参・ごぼう・しめじ・油揚げ 酒・醤油・塩 くだもの・牛乳(0歳児 汁物・おにぎり付き)	鮭おにぎり 胚芽米・鮭・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 515 kcal たんぱく質 25 g 脂質 13.9 g
金	2 16	いわしの蒲焼 五目豆 ごはん もやしとわかめの味噌汁		鬼まんじゅう(愛知県) さつまいも・小麦粉・上新粉・砂糖 くだもの・牛乳(0歳児 汁物・おにぎり付き)	わかめおにぎり 胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	エネルギー 556 kcal たんぱく質 18.7 g 脂質 14.5 g
土	3 17	散らしうどん 粉吹きいも くだもの		ジャムパン 食パン・ジャム くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ゆかりおにぎり 胚芽米・ゆかり 麦茶	
月	5 19	★豆腐のあんかけ 切干大根煮 ごはん きのこ春雨スープ		★マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩・油 くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	おかかおにぎり 胚芽米・かつお節・醤油 麦茶	エネルギー 640 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 19.9 g
火	6 20	ほたてと野菜の玉子焼き バンバンジーサラダ ごはん さつまいもの味噌汁	酢抜き	チーズ入りわかめごはん 胚芽米・たきこみわかめ・チーズ くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	ツナおにぎり 胚芽米・ツナ缶・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 545 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 16.6 g
水	7 21	鶏肉の治部煮(石川県) ほうれん草の海苔和え ごはん かぶの味噌汁		みたらしポテト じゃがいも・油・砂糖・醤油・片栗粉・かつおだし くだもの・牛乳+麦茶(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	味噌おにぎり 胚芽米・味噌・みりん・白ごま 麦茶	エネルギー 578 kcal たんぱく質 25.3 g 脂質 18 g
木	8 22	魚のごま味噌焼き 煮合い(茨城県) ごはん お事汁		オニオンチーズパン 強力粉・ドライイースト・砂糖・豆乳・油・塩 玉葱・チーズ くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	鮭おにぎり 胚芽米・鮭・醤油・白ごま 麦茶	エネルギー 648 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 20.4 g
金	9	豆腐のレバー団子 金時豆のサラダ ごはん 春菊と人参の味噌汁		深川飯(東京都) 胚芽米・あさり・油揚げ・ごぼう・万能ねぎ・生姜 醤油・みりん・酒・塩 くだもの・牛乳(0歳児 汁物・おにぎり付き)	わかめおにぎり 胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	エネルギー 577 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 18.9 g
土	10 24	焼肉ピラフ かぶの煮物 野菜の味噌汁/くだもの		ジャムパン 食パン・ジャム くだもの・牛乳(0.1歳児 汁物・おにぎり付き)	<今月の伝統行事> 節分(鰯、五目豆) 針供養(お事汁)	

※栄養価は幼児クラスのもので、乳児クラスの栄養価は幼児の約80%です。○幼児の月平均 エネルギー560 kcal たんぱく質22.0 g 脂質17.2 g カルシウム230mg