

令和6年 2月分 3歳未満児献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
木	1 けんちんうどん 鶏の塩麹焼き 青菜とコーンの和え物 果物(いよかん)	うどん(ゆで・玉)／さといも／とうもろこし缶詰(ホル)／さつまいも／サラダ油／三温糖／黒ごま(いり)	牛乳／鶏小間／削り節(マルモト)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／焼き竹輪	だいこん／にんじん／こまつな／長ねぎ／ほうれんそう／玉葱／いよかん	牛乳 ☆大学芋	エネルギー 442 kcal
						たんぱく質 19.0 g
金	2 豆カレー ジュリエンスープ エビフライ 果物(デコボン)	精白米／サラダ油／じゃがいも／サラスパ／薄力粉／パン粉(乾燥)／★かんでんばばパロアの素	牛乳／★大豆(国産、ゆで)／豚ひき肉／ベーコン(無添加)／ブラックタイガー(フライ)／★たまご／フーズ・ソイック・クリーム	玉葱／にんじん／おろしにんにく(チューブ)／しょうが／だいこん／セロリ／パセリ／デコボン／いちご	麦茶 ☆鬼さんパパロア	エネルギー 535 kcal
						たんぱく質 22.6 g
土	3 焼肉丼 味噌汁 ツナサラダ 果物(バナナ)	精白米／三温糖／サラダ油／ホットケーキミックス(昭和)／メープルシロップ	牛乳／豚ロース(しょうが焼き用)／油揚げ／削り節(マルモト)／まぐろ缶詰(油漬ルー付)	しょうが／玉葱／にら／こまつな／にんじん／きゅうり／キャベツ／バナナ	牛乳 ☆ホットケーキ	エネルギー 507 kcal
						たんぱく質 19.7 g
月	5 ぶどうパン コーンチャウダー さけのムニエル スパゲティサラダ 果物(オレンジ)	ぶどうパン／とうもろこし缶詰(クリーム)／じゃがいも／薄力粉／有塩バター／スパゲティ／精白米／味付き白ごま	牛乳／甘塩鮭／ハム(無添加)／若布ごはんの素	玉葱／にんじん／きゅうり／パレンシアオレンジ	麦茶 ☆若布おにぎり	エネルギー 530 kcal
						たんぱく質 22.5 g
火	6 梅ごはん 具だくさん味噌汁 春巻き チョコレシピサラダ 果物(バナナ)	精白米／じゃがいも／春巻きの皮／薄力粉／緑豆はるさめ／かたくり粉／サラダ油／ごま油／さつまいも	牛乳／しらす干し／削り節(マルモト)／豚小間／ハム(無添加)／焼きのり／のむのむ ヨーグルト	紀州梅 B／はくさい／にんじん／玉葱／だいこん／ほうれんそう／りよ／かみかみサラダ (ゆで)／にら／キャベツ／きゅうり／バナナ	飲むヨーグルト ☆ふかしいも	エネルギー 474 kcal
						たんぱく質 17.2 g
水	7 ドリア風ライス トマトスープ きのこサラダ 果物(苺)	精白米／とうもろこし缶詰(ホル)／薄力粉／サラダ油／有塩バター／三温糖／ごま油／無塩バター／グラニュー糖／ホットケーキミックス(森永)	牛乳／ベーコン(無添加)／ウィンナー(無添加)／ツナフレークレトルト／★たまご	にんじん／玉葱／トマト缶詰(ダイス)／キャベツ／ほうれんそう／ほんしめじ／えのきたけ／いちご／レモン／レモン(果汁、生)	牛乳 ☆マドレーヌ	エネルギー 503 kcal
						たんぱく質 15.1 g
木	8 しょうゆラーメン 豆腐の中華煮 華風やさしい 果物(いよかん)	中華めん(ゆで)／ごま油／かたくり粉／三温糖／お好み焼き粉	牛乳／焼き豚／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／しほり豆腐／豚小間／削り節(マルモト)／★たまご／★ロールいか／豚ひき肉／★さくらえび(素干し)／あおのり／手もみ造り本かつお節	長ねぎ／アルファルファもやし／はくさい／にんじん／たけのこ(ゆで)／しょうが／おろしにんにく(チューブ)／きゅうり／だいこん／いよかん／キャベツ	牛乳 ☆お好み焼き	エネルギー 508 kcal
						たんぱく質 25.5 g
金	9 ごはん 味噌汁 ブルコギ風 春雨の和え物 果物(デコボン)	精白米／三温糖／普通はるさめ(乾)／ごま油／三温糖／薄力粉／サラダ油	牛乳／油揚げ／削り節(マルモト)／豚小間／ハム(無添加)／あずき(乾)	こまつな／玉葱／にんじん／にら／しょうが／きゅうり／デコボン	牛乳 ☆おやき	エネルギー 528 kcal
						たんぱく質 22.5 g
土	10 そばろ丼 味噌汁 大根サラダ 果物(バナナ)	精白米／三温糖／サラダ油／じゃがいも／三温糖／ごま油／ホットケーキミックス(昭和)／グラニュー糖／無塩バター	牛乳／豚ひき肉／たら(でんぷ)／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／カニカマ卵なし	しょうが／だいこん／にんじん／れんこん／生しいたけ(菌床栽培、生)／さやえんどう／バナナ	牛乳 ☆ココアケーキ	エネルギー 508 kcal
						たんぱく質 19.4 g
火	13 ごはん 味噌汁 さわらの味噌焼き 筑前煮 果物(バナナ)	精白米／三温糖／さといも／糸こんにゃく／三温糖／食パン ⑥／有塩バター／粉糖	牛乳／★揚げ玉／削り節(マルモト)／さわら(甘塩)／鶏若鶏肉モモ(皮なし)／★たまご	まいたけ／はくさい／葉ねぎ／しょうが／にんじん／れんこん／生しいたけ(菌床栽培、生)／さやえんどう／バナナ	牛乳 ☆フレンチトースト	エネルギー 526 kcal
						たんぱく質 28.2 g
水	14 ウィンナーピラフ 野菜スープ 鶏唐揚げ かぼちゃサラダ 果物(苺)	精白米／かたくり粉／サラダ油／パイシート／マーマレード(高糖度)	牛乳／ウィンナー(無添加)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ハム(無添加)	玉葱／にんじん／はくさい／西洋かぼちゃ／きゅうり／いちご	牛乳 ☆オレンジパイ	エネルギー 547 kcal
						たんぱく質 17.4 g
木	15 中華丼 鶏団子のスープ 青菜の昆布和え 果物(いよかん)	精白米／ごま油／かたくり粉／薄力粉／無塩バター／グラニュー糖／メープルシロップ	牛乳／豚小間／★ロールいか／鶏若鶏肉ひき肉／フジッコの塩昆布	はくさい／にんじん／たけのこ(ゆで)／生しいたけ(菌床栽培、生)／葉ねぎ／しょうが／玉葱／チンゲンツァイ／こまつな／キャベツ／きゅうり／いよかん	牛乳 ☆スコーン	エネルギー 558 kcal
						たんぱく質 21.7 g

令和6年 2月分 3歳未満児献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
金	16 ごまごはん 味噌汁 かじきの酢豚風 ひじきサラダ 果物(はっさく)	精白米／ごま塩／かたくり粉／じゃがいも／サラダ油／三温糖／ごま油／ホットケーキミックス(昭和)／無塩バター／白すり胡麻	牛乳／油揚げ／削り節(マルモト)／まかじき(フツ)／干ひじき(ステイタス、乾)／しらす干し	だいこん／玉葱／にんじん／青ピーマン／きゅうり／はっさく／ほうれんそう	牛乳 ☆ポパイ棒	エネルギー 515 kcal
						たんぱく質 19.9 g
土	17 ツナピラフ 舞茸スープ ハムと野菜のサラダ ミルクプリン	精白米／サラダ油／三温糖／ごま油／ドックパン	牛乳／まぐろ缶詰(油漬ルー付)／ベーコン(無添加)／ハム(無添加)／白いミルクプリン(乳)／ウィンナー(無添加)	玉葱／まいたけ／きゅうり／キャベツ／にんじん	牛乳 ☆ホットドッグ	エネルギー 529 kcal
						たんぱく質 17.0 g
月	19 菜飯 豚汁 チーズはんぺんフライ 塩昆布キャベツ 果物(バナナ)	精白米／じゃがいも／糸こんにゃく／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／ごま油／ホットケーキミックス(森永)／有塩バター	牛乳／菜飯の素(三島)／豚小間／削り節(マルモト)／★はんぺんちり／フジッコの塩昆布／のむのむ ヨーグルト	にんじん／だいこん／はくさい／ねぎ／ごぼう／キャベツ／きゅうり／バナナ	飲むヨーグルト ☆人参蒸しパン	エネルギー 517 kcal
						たんぱく質 19.0 g
火	20 ごはん 味噌汁 鯖のみそ煮 ごま和え 果物(はっさく)	精白米／じゃがいも／三温糖／白すり胡麻／三温糖／マシュマロ／無塩バター／コーンフレーク／フルーツグラノーラ	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／まさば	しょうが／キャベツ／こまつな／にんじん／アヲマハもやし／はっさく	牛乳 ☆マシュマロおこし	エネルギー 536 kcal
						たんぱく質 21.0 g
水	21 ピピンバ 中華風コーンスープ カミカミサラダ ヨーグルト	精白米／三温糖／ごま油／ごま(いり)／とうもろこし缶詰(クリーム)／緑豆はるさめ／かたくり粉／じゃがいも／サラダ油／三温糖／薄力粉	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／鶏若鶏肉ひき肉／いか／くん製／おなかにおいしいヨーグルト	しょうが／ほうれんそう／だいご／やし／にんじん／ねぎ／きゅうり／だいこん／ごぼう	牛乳 ☆味噌ポテト	エネルギー 533 kcal
						たんぱく質 20.1 g
木	22 磯うどん 野菜つくね ごまマヨ和え 果物(きよみ)	うどん(ゆで・玉)／三温糖／かたくり粉／白すり胡麻／コッペパン(大)／サラダ油／三温糖	牛乳／削り節(マルモト)／豚小間／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／鶏若鶏肉ひき肉／鶏若鶏肉さき身／★きな粉(大豆)	にんじん／玉葱／ねぎ／えだまめ／れんこん／しょうが／キャベツ／りよ／とうもろこし／こまつな／きゅうり／きよみオレンジ	牛乳 ☆揚げパン	エネルギー 511 kcal
						たんぱく質 24.7 g
土	24 トマトクリームスパ チキンスープ コーンサラダ ヨーグルト	スパゲティ／サラダ油／とうもろこし缶詰(ホル)／三温糖／ごま油／精白米	牛乳／まぐろ缶詰(油漬ルー付)／生クリーム／豚小間／ハム(無添加)／おなかにおいしいヨーグルト／手もみ造り本かつお節	にんじん／玉葱／きゅうり／キャベツ	麦茶 ☆おなかおにぎり	エネルギー 524 kcal
						たんぱく質 21.0 g
月	26 マーボー丼 春雨スープ ナムル 果物(いよかん)	精白米／ごま油／三温糖／かたくり粉／普通はるさめ(乾)／ごま(いり)／薄力粉／無塩バター	牛乳／しほり豆腐／豚ひき肉／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／カニカマ卵なし／きざみのり／エダムチーズ／ハム(無添加)	葉ねぎ／にら／しょうが／おろしにんにく(チューブ)／にんじん／豆もやし／だいこん／こまつな／いよかん	牛乳 ☆クレセントロール	エネルギー 519 kcal
						たんぱく質 21.3 g
火	27 若布ご飯 味噌汁 チキンの照焼き ブロックリーのおかか和え 果物(デコボン)	精白米／無塩バター／ホットケーキミックス(森永)	牛乳／若布ごはんの素／削り節(マルモト)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／手もみ造り本かつお節／★たまご	まいたけ／玉葱／葉ねぎ／ブロックリー／にんじん／デコボン／バナナ／レモン(果汁、生)	牛乳 ☆バナナパウンドケーキ	エネルギー 468 kcal
						たんぱく質 19.4 g
水	28 ふりかけごはん 味噌汁 ニラレバー炒め きゅうり華風和え 果物(オレンジ)	精白米／かたくり粉／サラダ油／三温糖／三温糖／ごま油／食パン ⑧／有塩バター	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／煮干／豚レバー／★たまご／スライスチーズ／★プレスハム	玉葱／しょうが／にら／りよ／とうもろこし／キャベツ／にんじん／きゅうり／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆クロックムッシュ	エネルギー 572 kcal
						たんぱく質 25.5 g
木	29 ミルクロール ポークビーンズスープ マカロニグラタン コールスローサラダ 果物(苺)	ミルクロール／三温糖／インスタントマカロニ／有塩バター／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／精白米	牛乳／★大豆(国産、ゆで)／豚小間／鶏小間／粉チーズ／ハム(無添加)／ツナフレークレトルト	玉葱／トマト缶詰(ダイス)／スイートコーン(冷凍、ゆで)／ブロックリー／キャベツ／レッドキャベツ／きゅうり／いちご	麦茶 ☆ツナ味噌おにぎり	エネルギー 461 kcal
						たんぱく質 21.2 g

(★印はアレルギー除去対象食品です)
食材の都合で献立内容を変更する場合があります。
☆は手作りおやつです。

月平均栄養価	エネルギー	515kcal	タンパク質	20.9g
	脂 質	18.9g	食塩相当量	2.4g