



令和7年



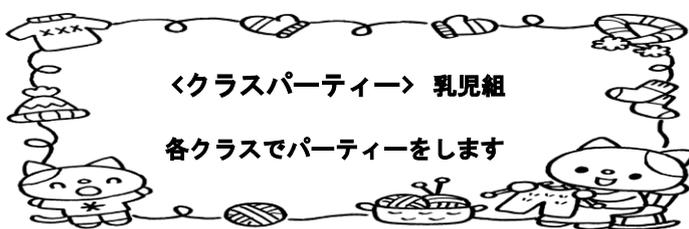
# 2月の献立



向島保育園

曜日	主食	献立	材料	3時のおやつ
1 (土)	うどん	カレーうどん ゼリー パナナ	うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 しょうゆ カレールウ(牛脂) 片栗粉 ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
3 (月)	セルフのり巻き(幼児) ふりかけごはん(乳児)	鯛の天ぷら ブロッコリーごま和え わかめスープ オレンジ	米 すし酢 ツナ マヨネーズ(卵) 胡瓜 のり ふりかけ 鰯 油 ブロッコリー ごま 砂糖 しょうゆ わかめ 玉ねぎ パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ オレンジ ポテト(卵) 野菜ジュース	節分福ボーロ 野菜ジュース
4 (火)	ごはん	野菜炒め ししゃも(0.1才児しらす) 豆腐のみそ汁 グレープフルーツ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ビーマン もやし 鶏ガラ しょうゆ ししゃも しらす 豆腐 油揚げ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ たい焼き 牛乳	たい焼き 牛乳
5 (水)	ごはん	おでん風煮込み 揚げしゅうまい ほうれん草のかつお和え キウイ	米 平天(卵) 大根 人参 こんにゃく ちくわ(卵) だし 砂糖 しょうゆ みりん しゅうまい(卵) 油 ほうれん草 かつお節 しょうゆ キウイ おせんべい 牛乳	おせんべい 牛乳
6 (木)	ごはん	牛肉のしぐれ煮 三度豆のごま和え えのきのすまし汁 オレンジ	米 牛肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 なす ごま 砂糖 しょうゆ えのき 白菜 しめじ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳
7 (金)	ごはん	チキンカレー ひじきサラダ チーズ オレンジ	米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(牛脂) ひじき キャベツ 胡瓜 かいわれ ツナ 胡麻ドレッシング(卵) チーズ オレンジ 食パン ホイップクリーム パナナ いちご 牛乳	フルーツサンド 牛乳
8 (土)	うどん	肉うどん ゼリー パナナ	うどん 牛肉 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
10 (月)	ごはん	鮭の塩焼き 小松菜の煮ひたし 豚汁 グレープフルーツ	米 鮭 塩麹 小松菜 油揚げ 人参 だし 砂糖 しょうゆ みりん 豚バラ 大根 人参 ごぼう しめじ 糸こんにゃく 白菜 小芋 ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ ボン菓子 牛乳	ボン菓子 牛乳
12 (水)	麦入りごはん	親子丼 ポテトサラダ 味付け小魚 バイナップル	米 小麦 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん じゃが芋 ハム(卵) 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ(卵) 味付け小魚 バイナップル 中華麺 豚バラ キャベツ 人参 ビーマン もやし ソース 牛乳	焼きそば 牛乳
13 (木)	ごはん	牛肉のスタミナ炒め じゃこサラダ さつま芋みそ汁 キウイ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ もやし タレ キャベツ 胡瓜 水菜 じゃこ 胡麻ドレッシング(卵) さつま芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ あられ 牛乳	あられ 牛乳
14 (金)	雑穀ごはん	ポークカレー 海藻サラダ ヨーグルト オレンジ	米 雑穀 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 エリンギ カレールウ(牛脂) 海藻ミックス 白菜 ポン酢 ヨーグルト オレンジ 回転焼き(卵) 牛乳	回転焼き 牛乳
15 (土)	スパゲティ	ナポリタン ゼリー パナナ	スパゲティ ベーコン(卵) 玉ねぎ ビーマン コーン ケチャップ 砂糖 ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
17 (月)	ごはん	白身魚の西京焼き 切干大根煮 麩のみそ汁 グレープフルーツ	米 白身魚 白みそ みりん 切干大根 人参 油揚げ 網さや だし 砂糖 しょうゆ みりん ふ ほうれん草 ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ パイン(卵) 卵 グラニュー糖 牛乳	シュガーパイ 牛乳
18 (火)	ごはん	オムレツ ゆでアスパラ もやしスープ キウイ	米 卵 ハム(卵) 人参 コーン ほうれん草 プチトマト ケチャップ 砂糖 アスパラ マヨネーズ(卵) もやし 小松菜 わかめ 鶏ガラ 淡口しょうゆ キウイ ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 抹茶 牛乳	抹茶蒸しパン 牛乳
19 (水)	麦入りごはん	中華丼 春雨サラダ 焼きポテト オレンジ	米 小麦 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし しめじ きくらげ 中華あじ しょうゆ 春雨 ハム(卵) 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ ポテト オレンジ えびせんべい 牛乳	えびせんべい 牛乳
20 (木)	ごはん	筑前煮 白菜のなめたけ和え 厚揚げのみそ汁 バイナップル	米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにゃく 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん 白菜 なめたけ 厚揚げ 大根 水菜 ねぎ だし汁 みそ バイナップル パイ菓子 牛乳	パイ菓子 牛乳
21 (金)	ソフトフランス	マカロニグラタン ほうれん草スープ 味付け小魚 グレープフルーツ	ソフトフランス(卵) マカロニ ホワイトソース 牛乳 鶏肉 玉ねぎ しめじ コーン缶 ブロッコリー 粉チーズ ほうれん草 玉ねぎ 人参 鶏ガラ 淡口しょうゆ 味付け小魚 グレープフルーツ りんごジュース 砂糖 アガー 牛乳	りんごゼリー 牛乳
22 (土)	うどん	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	
25 (火)	ごはん	豚じゃが キャベツのゆかり和え 小松菜のみそ汁 オレンジ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん キャベツ ゆかり 小松菜 油揚げ 玉ねぎ だし汁 みそ オレンジ ビスケット(卵) 牛乳	ビスケット 牛乳
26 (水)	麦入りごはん	ブルコギ丼 三色おひたし オニオンスープ キウイ	米 小麦 牛肉 玉ねぎ 人参 ニラ 春雨 しめじ ごま 生姜 にんにく タレ ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ 玉ねぎ パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ キウイ 食パン いちごジャム 牛乳	ジャムサンド 牛乳
27 (木)	ゆかりおにぎり	アジフライ グリーンサラダ ワカメのみそ汁 ーロゼリー いちご	米 ゆかり アジフライ 油 ソース 砂糖 キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング わかめ えのき ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー いちご ケーキ(卵) 牛乳	ケーキ 牛乳
28 (金)	雑穀ごはん	チキンカレー こんにゃくサラダ ヨーグルト グレープフルーツ	米 雑穀 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(牛脂) 糸こんにゃく ハム(卵) 人参 胡瓜 マヨネーズ(卵) しょうゆ ヨーグルト グレープフルーツ たこ焼き(卵) ソース 牛乳	たこ焼き 牛乳

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください



〈クラスパーティー〉 乳児組

各クラスでパーティーをします

**ごはん食とパン食**

**ごはん食**  
吸収に時間がかかるため、はらもちが  
良いごはん食。エネルギーの持久性もあ  
ります。みそ汁やのりをいっしょに食べると、不足しがちなミネラルも摂取可能です。

**パン食**  
消化が早いパン食は、即効性のあるエ  
ネルギー源。手軽に用意できるのも嬉しい  
ところ。サラダをいっしょに食べると  
ビタミンもとれます。海藻サラダにする  
と、ミネラルも豊富にとれますよ。