



令和 5年 2月 学校給食予定献立表(幼稚園)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

| 日 | 曜日 | こんだてめい ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう | エネルギーのもとになる (き) | からだをつくる (あか) | からだのちょうしをととのえる (みどり) | エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) |
|----|----|--|---|--|--|---------------------------------|
| 1 | 水 | ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのあまずあんかけ こまつなのナムル マーボー豆腐 | ごはん あぶら さとう でんぱん ごまあぶら | ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく やきぶた とうふ みそ | たまねぎ こまつな もやし ねぎ にんにく しろねぎ しょうが にら | 472 20.7 |
| 2 | 木 | パン ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソースかけ ★スパゲティサラダ はくさいのスープに | パン あぶら でんぱん スパゲティ マヨネーズ じゃがいも マーメレード | ぎゅうにゅう とりにく チキンハム ベーコン | みかん オレンジ キャベツ にんじん はくさい たまねぎ しめじ さやいんげん | 462 21.4 |
| 3 | 金 | 行事食【節分】 ごはん ぎゅうにゅう いわしのかばやきふう さんしよくあえ ごまみそけんちんじる | ごはん でんぱん あぶら さとう ごま | ぎゅうにゅう いわし ツナ とうふ みそ | しょうが キャベツ にんじん だいこん こんにゃく ごぼう しめじ ねぎ | 442 18.0 |
| 6 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグてりやきソース ジャーマンポテト かぶのスープ | ごはん でんぱん あぶら じゃがいも さとう | ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ベーコン チキンハム | たまねぎ パセリ かぶ キャベツ にんじん チンゲンサイ | 438 16.3 |
| 7 | 火 | ごはん ぎゅうにゅう さわらのまつかぜやき なのはなのすりごまあえ だいこんとさといものそぼろに | ごはん さとう ごま でんぱん さといも | ぎゅうにゅう さわら みそ とりにく さつまあげ | なのはな ほうれんそう キャベツ だいこん にんじん さやいんげん たけのこ こんにゃく | 437 21.3 |
| 8 | 水 | ごはん ぎゅうにゅう ほしのコロケ はくさいのひねポンあえ かすじる | ごはん こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも さとう さといも さけかす | ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ちくわ あぶらあげ しろみそ | たまねぎ はくさい にんじん ねぎ ゆず だいこん ごぼう こんにゃく | 473 14.6 |
| 9 | 木 | パン ぎゅうにゅう カレーミート ★ツナとかいそうのサラダ パンブキンスープ | パン こむぎこ でんぱん あぶら ごま さとう | ぎゅうにゅう とりにく ツナ わかめ ベーコン | たまねぎ にんじん トマト しょうが にんにく さやいんげん だいこん ほうれんそう かぼちゃ パセリ | 476 19.4 |
| 10 | 金 | ごはん ぎゅうにゅう ◆いかのかりんあげ みずなとはくさいのにびたし ぼたんじる | ごはん でんぱん あぶら さとう さといも | ぎゅうにゅう いか ちくわ あぶらあげ いのししにく とうふ みそ | しょうが みずな はくさい ごぼう えのきたけ にんじん しめじ ねぎ | 446 19.6 |
| 13 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう さけのしおこうじやき ★◆きりぼしだいこんのいために とりだんごとれんこんのすりじる | ごはん さとう ごまあぶら でんぱん | ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とりにく | きりぼしだいこん にんじん にら しろねぎ れんこん はくさい たまねぎ ねぎ | 448 22.9 |
| 14 | 火 | ごはん ぎゅうにゅう チキンナゲット ★ひじきサラダ はくさいとかぶのとうにゅうクリームに | ごはん こむぎこ でんぱん さとう ごまあぶら こめこ じゃがいも パンこ あぶら | ぎゅうにゅう とりにく ひじき ツナ チキンハム とうにゅう | キャベツ かぶ はくさい にんじん ほうれんそう なましいたけ | 391 15.1 |
| 15 | 水 | ごはん ぎゅうにゅう みそカツ こまつなのツナあえ のつべいじる | ごはん こむぎこ パンこ あぶら さとう ごま さといも でんぱん | ぎゅうにゅう ぶたにく はちようみそ とりにく ツナ | はくさい こまつな キャベツ にんじん ごぼう しめじ ねぎ | 432 15.3 |
| 16 | 木 | パン ぎゅうにゅう とりにくのバルサミコソース かぶとほうれんそうのサラダ ポークビーンズ | パン でんぱん さとう じゃがいも マヨネーズ あぶら | ぎゅうにゅう とりにく ポークハム ぶたにく だいず | かぶ ほうれんそう にんじん たまねぎ パセリ しめじ | 495 23.6 |
| 17 | 金 | カレーライス ぎゅうにゅう ◆れんこんのオイスターいため ★ナタデココフルーツ | ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ ごまあぶら | ぎゅうにゅう とりにく チキンハム | たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが れんこん キャベツ パイナップル みかん ナタデココ | 442 12.8 |
| 20 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそぼろに ◆ごぼうのサラダ さつまじる | ごはん さとう でんぱん マヨネーズ さつまいも | ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく だいず いとかもぼこ みそ | さやいんげん ごぼう にんじん こんにゃく だいこん もやし たまねぎ ねぎ | 472 17.0 |
| 21 | 火 | ごはん(ずくなめ) ぎゅうにゅう とりにくのチリソース だいこんのちゅうかあえ しょうゆラーメン | ごはん でんぱん あぶら さとう ごま ごまあぶら ちゅうかめん | ぎゅうにゅう とりにく チキンハム ぶたにく わかめ | たまねぎ にんにく キャベツ だいこん にんじん もやし たけのこ コーン ねぎ | 462 22.4 |
| 22 | 水 | ごはん ぎゅうにゅう ◆はたはたのこはくあげ ★◆かんばんようのごまあえ みそおでん | ごはん こむぎこ でんぱん あぶら さとう ごま | ぎゅうにゅう はたはた チキンハム ぶたにく うずらたまご さつまあげ あつあげ みそ | しょうが かんばんよう ほうれんそう だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん | 446 18.6 |
| 24 | 金 | ごはん ぎゅうにゅう ★ウイナーとチンゲンサイのケチャップに ◆いかとかいそうのサラダ とうにゅうクリームシチュー | ごはん オリーブあぶら さとう じゃがいも こめこ あぶら | ぎゅうにゅう ミニウインナー いか わかめ くきわかめ こんぶ とりにく とうにゅう | チンゲンサイ たまねぎ にんにく トマト だいこん にんじん しめじ さやいんげん | 451 18.6 |
| 27 | 月 | ごはん ぎゅうにゅう たらのみぞれかけ やさいのごまかつおあえ うめわかばちじる | ごはん でんぱん あぶら さとう ごま そうめんばち | ぎゅうにゅう たら ちくわ かつおがし あぶらあげ わかめ | だいこん ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ うめ | 414 18.0 |
| 28 | 火 | ごはん ぎゅうにゅう にくどうふ ◆ほうれんそうとだいずのサラダ さといものみそじる | ごはん あぶら さとう マヨネーズ さといも | ぎゅうにゅう ぎゅうにく やきとうふ だいず ツナ わかめ みそ | しろねぎ いとこんにゃく しょうが ほうれんそう だいこん たまねぎ にんじん はくさい なめこ ねぎ | 472 17.4 |