

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)	からだのちようしをとのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (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 マーポーどうふ	ごはん あぶら さとう でんぶん 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 ★☆スペティサラダ はくさいのスープに	パン あぶら でんぶん スペゲティ マヨネーズ じゃがいも マーマレード	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 さんしょくあえ ごまみそけんちんじる	ごはん でんぶん 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 でんぶん 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 さわらのまつかせやき 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 でんぶん 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 ほしのコロッケ 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 パンプキンスープ	パン こむぎこ でんぶん 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 ぽたんじる	ごはん でんぶん 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 とりだんごれんこんのすりじる	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん	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 はくさいとかぶのどうにゅうクリームに	ごはん こむぎこ でんぶん 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 みそかつ こまつなのツナあえ のっぺいじる	ごはん こむぎこ パンこ あぶら さとう ごま さといも でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく はっちょうどみそ 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 でんぶん 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 だいす	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	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 でんぶん マヨネーズ さつまいも	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく だいす いとかぼこ 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(すくなめ) 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 しようゆラーメン	ごはん でんぶん 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 ★◆かんぴょうのごまあえ みそでん	ごはん こむぎこ でんぶん 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 かんぴょう 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 ★ウイン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 ミニワインナー いか わかめ くさわかめ 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 でんぶん あぶら さとう ごま そうめんぱち	ぎゅうにゅう たら ちくわ かつおぶし 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すのサラダ さといものみそしる	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 だいす 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