



# 2月献立表

2023年  
社会福祉法人どろっぶす はぎのこども園

日付	1日(水)	2日(木)	3日(金)		
<b>献立</b>  	<b>ごはん</b> <b>鶏肉と大根の煮物</b> <small>(鶏肉 大根 生姜)</small> <b>小松菜のツナサラダ</b> <small>(小松菜 もやし 人参 ツナ)</small> <b>豆腐のみそ汁</b> <small>(絹豆腐 えのき ねぎ)</small> 以上児 534kcal 20.4g 9.8g 87.5g 1.6g	<b>ごはん</b> <b>豆腐ハンバーグ</b> <small>(豚ひき肉 玉ねぎ 絹豆腐 パン粉 ケチャップ)</small> <b>ほうれん草のおかか和え</b> <small>(ほうれん草 人参 切り干し大根 かつお節)</small> <b>かぼちゃのみそ汁</b> <small>(かぼちゃ 玉ねぎ うすあげ)</small> 以上児 633kcal 22.9g 14.4g 99.1g 1.6g	<b>ごはん</b> <b>鮭フライ</b> <small>(鮭)</small> <b>山海煮</b> <small>(大豆 ひじき 人参 薄揚げ 干し椎茸 ごぼう)</small> <b>白玉麩のすまし汁</b> <small>(白玉麩 人参 玉ねぎ ほうれん草)</small> 以上児 773kcal 33.9g 23.8g 102.1g 1.5g		
<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>グリコヨーグルト</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>ごまハーベスト</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>りんご 牛乳</b> <b>★赤鬼さんのケーキ 牛乳</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>りんご 牛乳</b> <b>★焼きうどん</b>		
日付	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>かつおの漁師揚げ</b> <small>(かつお 生姜)</small> <b>ブロッコリーのごま和え</b> <small>(ブロッコリー 白すりごま)</small> <b>のっぺい汁</b> <small>(里芋 人参 薄揚げ 椎茸 ごぼう 鶏肉)</small> 以上児 582kcal 23.0g 10.1g 96.4g 1.9g	<b>献立</b> <b>茄子のミートドリア</b> <small>(ごはん 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 茄子 ホワイトソース ケチャップ トマト ピュレ とろけるチーズ)</small> <b>白菜のスープ</b> <small>(白菜 コーン 卵なしベーコン)</small> <b>フルーツヨーグルト</b> <small>(ヨーグルト バナナ みかん缶 パイナップル)</small> 以上児 696kcal 17.8g 16.0g 116.7g 1.9g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>ちくわの磯部揚げ</b> <small>(卵なしちくわ 青のり)</small> <b>うすあげ入りきやべつの胡麻和え</b> <small>(きやべつ 小松菜 うすあげ 人参 すりごま ツナ)</small> <b>サンラブータン</b> <small>(春雨 しめじ たまご 椎茸 豚肉 テンゲン菜)</small> 以上児 533kcal 25.0g 17.9g 64.8g 2.2g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>タンドリーチキン</b> <small>(鶏肉 ヨーグルト にんにく カレー粉)</small> <b>マカロニのサラダ</b> <small>(マカロニ きゅうり ハム みかん缶)</small> <b>てまり麩のすまし汁</b> <small>(てまり麩 人参 ほうれん草)</small> 以上児 574kcal 25.9g 23.4g 60.4g 2.6g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>肉じゃが</b> <small>(じゃが芋 人参 玉ねぎ 豚肉)</small> <b>宝石サラダ</b> <small>(海藻めん きゅうり 卵なしハム コーン 青じそドレッシング)</small> <b>みそ汁</b> <small>(うすあげ わかめ ねぎ)</small> 以上児 665kcal 22.4g 12.4g 111.6g 2.1g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>肉じゃが</b> <small>(じゃが芋 人参 玉ねぎ 豚肉)</small> <b>宝石サラダ</b> <small>(海藻めん きゅうり 卵なしハム コーン 青じそドレッシング)</small> <b>みそ汁</b> <small>(うすあげ わかめ ねぎ)</small> 以上児 665kcal 22.4g 12.4g 111.6g 2.1g
<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★ブッセ</b>	<b>献立</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>★さつまいものしそかりんとう</b>	<b>献立</b> <b>ビスケット 牛乳</b> <b>きなこせんべい チーズ</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>源氏パイ 牛乳</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>りんご 牛乳</b> <b>★焼きうどん</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>りんご 牛乳</b> <b>★焼きうどん</b>
日付	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>甘辛ごまからあげ</b> <small>(鶏肉 白いりごま 片栗粉)</small> <b>きやべつの磯部和え</b> <small>(きやべつ もやし 人参 刻み海苔)</small> <b>なめこ汁</b> <small>(なめこ 絹豆腐 ねぎ)</small> 以上児 729kcal 24.2g 23.4g 100.6g 1.6g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>鮭の西京焼き</b> <small>(鮭)</small> <b>白菜のおかか和え</b> <small>(白菜 人参 かつお節)</small> <b>けんちん汁</b> <small>(木綿豆腐 大根 しめじ ねぎ)</small> 以上児 484kcal 29.1g 12.6g 61.2g 2.4g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>洋風卵焼き</b> <small>(卵 ベーコン ほうれん草)</small> <b>ポテトサラダ</b> <small>(じゃが芋 人参 きゅうり 卵なしハム 卵なしマヨネーズ)</small> <b>コンソメスープ みかん</b> <small>(きやべつ コーン しめじ)</small> 以上児 581kcal 18.6g 15.1g 91.4g 1.3g	<b>献立</b> <b>ロールパン</b> <b>シチュー</b> <small>(白菜 人参 玉ねぎ しめじ 肉団子 コーン 牛乳 ルウ)</small> <b>かぼちゃコロッケ</b> <small>(かぼちゃコロッケ)</small> <b>ゼリー</b> 以上児 489kcal 18.2g 18.7g 61.5g 1.0g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>すき焼き風煮</b> <small>(豚肉 木綿豆腐 ねぎ えのき)</small> <b>ほうれん草のごま和え</b> <small>(ほうれん草 人参 白すりごま)</small> <b>ちくわ麩のみそ汁</b> <small>(ちくわ麩 玉ねぎ 人参)</small> 以上児 796kcal 21.7g 30.7g 104.0g 1.3g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>すき焼き風煮</b> <small>(豚肉 木綿豆腐 ねぎ えのき)</small> <b>ほうれん草のごま和え</b> <small>(ほうれん草 人参 白すりごま)</small> <b>ちくわ麩のみそ汁</b> <small>(ちくわ麩 玉ねぎ 人参)</small> 以上児 796kcal 21.7g 30.7g 104.0g 1.3g
<b>献立</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>★オムレット</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★フライドポテト・牛乳</b>	<b>献立</b> <b>ビスケット 牛乳</b> <b>★ミルクパン</b>	<b>献立</b> <b>いちご 牛乳</b> <b>白いふうせん チーズ</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★ドロップクッキー</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★ドロップクッキー</b>
日付	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>豚肉の生姜焼き</b> <small>(豚肉 生姜 玉ねぎ)</small> <b>塩ゆでブロッコリー</b> <small>(ブロッコリー)</small> <b>じゃが芋のみそ汁</b> <small>(じゃが芋 わかめ 人参 ねぎ)</small> 以上児 739kcal 22.3g 26.6g 97.6g 1.6g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>鮭の西京焼き</b> <small>(鮭)</small> <b>白菜のおかか和え</b> <small>(白菜 人参 かつお節)</small> <b>けんちん汁</b> <small>(木綿豆腐 大根 しめじ ねぎ)</small> 以上児 484kcal 29.1g 12.6g 61.2g 2.4g	<b>献立</b> <b>きな粉揚げパン</b> <small>(コッペパン きなこ)</small> <b>ポトフ</b> <small>(卵なしウインナー 人参 玉ねぎ きやべつ かぶ)</small> <b>マカロニサラダ</b> <small>(マカロニ きゅうり 人参 卵なしハム 卵なしマヨネーズ)</small> <b>みかん</b> 以上児 484kcal 14.7g 19.3g 63.4g 2.0g	<b>献立</b> <b>ロールパン</b> <b>シチュー</b> <small>(白菜 人参 玉ねぎ しめじ 肉団子 コーン 牛乳 ルウ)</small> <b>かぼちゃコロッケ</b> <small>(かぼちゃコロッケ)</small> <b>ゼリー</b> 以上児 489kcal 18.2g 18.7g 61.5g 1.0g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>さんまの梅煮</b> <small>(さんま 梅干し 生姜)</small> <b>きやべつとみかんのサラダ</b> <small>(きやべつ みかん缶 きゅうり)</small> <b>大根のみそ汁</b> <small>(大根 薄揚げ えのき)</small> 以上児 649kcal 21.5g 18.3g 95.4g 1.4g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>さんまの梅煮</b> <small>(さんま 梅干し 生姜)</small> <b>きやべつとみかんのサラダ</b> <small>(きやべつ みかん缶 きゅうり)</small> <b>大根のみそ汁</b> <small>(大根 薄揚げ えのき)</small> 以上児 649kcal 21.5g 18.3g 95.4g 1.4g
<b>献立</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>★ベーコンチーズパン</b>	<b>献立</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>★フライドポテト・牛乳</b>	<b>献立</b> <b>ビスケット 牛乳</b> <b>★ライスコロッケ</b>	<b>献立</b> <b>いちご 牛乳</b> <b>白いふうせん チーズ</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★ドロップクッキー</b>	<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★ドロップクッキー</b>
日付	27日(月)	28日(火)	<b>2月3日は節分です</b> 節分は冬から春へと季節が変わる節目の日です。 この日は古い年の悪を払い、新しい年の幸せを招くために”豆まき”をする風習となっています。 豆を自分の年の数だけたべると、1年間は無病息災で過ごせるといわれています。		
<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>コーンフレークチキン</b> <small>(鶏もも肉 コーンフレーク 卵なしマヨネーズ 粉チーズ パン粉)</small> <b>きゅうりとチーズのサラダ</b> <small>(きゅうり チーズ ハム わかめ)</small> <b>豚汁</b> <small>(豚肉 大根 人参 ごぼう えのき 白菜)</small> 以上児 670kcal 28.8g 19.3g 90.5g 1.2g	<b>献立</b> <b>ごはん</b> <b>かれのいたれ焼き</b> <small>(かれい)</small> <b>茎わかめのサラダ</b> <small>(茎わかめ コーン ハム 人参 もやし 青じそドレッシング)</small> <b>さつま芋のみそ汁</b> <small>(さつま芋 玉ねぎ わかめ)</small> 以上児 546kcal 23.2g 6.8g 94.8g 2.0g	<b>2月3日は節分です</b> 節分は冬から春へと季節が変わる節目の日です。 この日は古い年の悪を払い、新しい年の幸せを招くために”豆まき”をする風習となっています。 豆を自分の年の数だけたべると、1年間は無病息災で過ごせるといわれています。			
<b>献立</b> <b>バナナ 牛乳</b> <b>★手作りじゃがりこ風</b>	<b>献立</b> <b>せんべい 牛乳</b> <b>揚げ一番せんべい・チーズ</b>	<b>2月3日は節分です</b> 節分は冬から春へと季節が変わる節目の日です。 この日は古い年の悪を払い、新しい年の幸せを招くために”豆まき”をする風習となっています。 豆を自分の年の数だけたべると、1年間は無病息災で過ごせるといわれています。			

※栄養価表示はカロリー・たんぱく質・脂質・炭水化物・食塩相当量の順に表記してあります。

都合により献立を変更させていただく場合があります。