

日 曜	時間帯		材 料 名
2月	昼食	ごはん 甘辛チャプチェ きゅうりの華風サラダ ミニトマト、パイン	米、水 豚ひき肉、春雨、玉ねぎ、人参、ピーマン、にら、ごま、ごま油、水、砂糖、しょうゆ、酒、中華だし、おろしにんにく きゅうり、にんじん、もやし、しらたき、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 エネルギー452kcal 食塩1.9 g
	午後おやつ	フライビーンズ、牛乳	ゆて大豆、米粉、油、砂糖、醤油
3火	昼食	手巻き寿司 ちくわの磯部揚げ たまねぎのみそ汁 バナナ	米、ツナ水煮缶、かにかまぼこ、焼きのり、きゅうり、豚肉 ちくわ、小麦粉、あおのり、水、油 たまねぎ、にんじん、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ エネルギー536kcal 食塩2.0 g
	午後おやつ	大豆とじゃこの甘辛煮、牛乳	大豆水煮缶、しらす干し、ごま、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん
4水	昼食	納豆そぼろ丼 三糸湯 パイン	米、豚ひき肉、挽きわり納豆、キャベツ、小松菜、玉ねぎ、人参、コーン、油、酒、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま油 ベーコン、卵、キャベツ、にんじん、ねぎ、おろししょうが、中華スープ、酒、食塩、水 エネルギー457kcal 食塩0.9 g
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、バナナ、みかん缶、パイン缶
5木	昼食	麦ごはん さばの塩焼き キャベツのごまボンサラダ きのこ味噌汁 みかん	米、押麦、水 さば、食塩 キャベツ、しそ、にんじん、ベーコン、ボン酢、ごま油、砂糖、あごだし汁 木綿豆腐、小松菜、えのきたけ、ねぎ、かつおだし汁、みそ、まいたけ エネルギー480kcal 食塩1.6 g
	午後おやつ	さつま芋の甘煮、牛乳	さつまいも、砂糖、しょうゆ
6金	昼食	麦ごはん 鶏のから揚げ さつま芋の味噌汁 ブロッコリーのサラダ オレンジ	米、押麦、水 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 さつまいも、人参、白菜、小松菜、油揚げ、カットわかめ、かつおだし汁、みそ、卵 ブロッコリー、ツナ油漬缶、卵、マヨネーズ、食塩 エネルギー596kcal 食塩2.0 g
	午後おやつ	お菓子、牛乳	
7土	昼食	野菜そぼろ丼 のりの中華スープ パイン	米、豚ひき肉、にんじん、にら、もやし、はるさめ、ごま油、しょうゆ、砂糖、食塩 じゃがいも、はるさめ、ねぎ、中華だしの素、水、しょうゆ、焼きのり エネルギー574kcal 食塩1.5 g
	午後おやつ	お菓子	
9日月曜日 お 弁 当 の 日			
10火	昼食	手作りわかめ御飯 たら煮付け ひじきの栄養サラダ 卵のみそ汁 パイン	米、生わかめ、ごま、食塩、ごま油 たら、水、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 ツナ水煮缶、ひじき、人参、コーン、キャベツ、しょうゆ、ごまドレッシング、ごま油、枝豆 たまねぎ、にんじん、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ エネルギー539kcal 食塩2.7 g
	午後おやつ	揚げパンきなこ、牛乳	ロールパン、油、きな粉、砂糖、食塩
12木	昼食	スティックパン ハンバーグ パスタサラダ フライドポテト コンソメスープ ーロゼリー	スティックパン 鶏ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、油、片栗粉、食塩、ケチャップ マカロニ、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ油漬缶、マヨネーズ、ハム フライドポテト、食塩 キャベツ、ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、にんじん、たまねぎ エネルギー539kcal 食塩1.8 g
	午後おやつ	ココアケーキ、牛乳	ホットケーキ粉、牛乳、卵、ココア、メープルシロップ
13金	昼食	お楽しみカレーライス コールスローサラダ ミニトマト、バナナ	牛ひき肉、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、枝豆、まいたけ ハム、キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、食塩、マヨネーズ
	午後おやつ	お菓子、牛乳	エネルギー435kcal 食塩1.7 g
14日 土曜日 生 活 発 表 会			
16月	昼食	麦ごはん マーボー豆腐 海藻サラダ みかん	米、押麦、水 木綿豆腐、豚ひき肉、にら、人参、ねぎ、しょうが、ごま油、しょうゆ、みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 ハム、塩こんぶ、角かてん、キャベツ、こまつな、コーン缶、酢、ごま油、砂糖、食塩、しょうゆ、ごま エネルギー449kcal 食塩1.7 g
	午後おやつ	ジャーマンポテト、牛乳	じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、パセリ、食塩、こしょう、油
17火	昼食	SUNNY SIDE UPのパン きのこスパゲッティ コンソメスープ ブロッコリー、バナナ	ロールパン スパゲティ、バター、人参、玉ねぎ、ベーコン、えび、まいたけ、えのきたけ、食塩、醤油、酒 じゃがいも、洋風だしの素、パセリ粉、食塩、たまねぎ、にんじん エネルギー445kcal 食塩1.7 g
	午後おやつ	豆乳もち、チーズ	豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉

18水	昼食	親子丼 白菜のすまし汁 パイン	米、水、鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、しょうゆ、本みりん、かつおだし汁、卵、みつば、焼きのりはくさい、えのきたけ、葉ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 エネルギー474kcal 食塩1.8 g
	午後おやつ	ツナマヨビザ、牛乳	ぎょうざの皮、マヨネーズ、ツナ油漬缶、パセリ粉、とろけるチーズ、コーン缶
19木	昼食	たぬきごはん 白身魚のホイル焼き 玉ねぎのみそ汁 ブロッコリーの塩昆布 みかん	米、あおのり、めんつゆ・ストレート たら、食塩、酒、たまねぎ、えのきたけ、油、しょうゆ、レモン果汁 たまねぎ、人参、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ ブロッコリー、塩こんぶ、ごま、ごま油、食塩 エネルギー535kcal 食塩1.6 g
	午後おやつ	お菓子、牛乳	
20金	昼食	麦ごはん 大豆の五目煮 切干大根のごまネーズ バナナ	米、押麦、水 大豆、鶏もも肉、さつま揚げ、昆布、ごぼう、人参、玉ねぎ、板こんにゃく、いんげん、油、和風だし、砂糖、醤油 切り干しだいこん、こまつな、ハム、ごま、砂糖、しょうゆ、マヨネーズ エネルギー468kcal 食塩1.5 g
	午後おやつ	オレンジムース	ゼラチン、水、ヨーグルト(無糖)、砂糖、オレンジ濃縮果汁、生クリーム、オレンジ
21土	昼食	ブルコギ丼 中華スープ パイン	米、豚肉、醤油、みりん、酒、おろしにんにく、ごま油、玉ねぎ、人参、にら、しょうゆ、砂糖、みそ、片栗粉、油 はるさめ、にんじん、にら、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩、焼きのり
	午後おやつ	お菓子	エネルギー465kcal 食塩1.4 g
23日月曜日 天 皇 誕 生 日			
24火	昼食	SUNNY SIDE UPのパン クリームシチュー ポテトサラダ ブロッコリー、パイン	ロールパン 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、まいたけ、油、水、シチューミックスクリーム じゃがいも、ハム、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、コーン、マヨネーズ、食塩 エネルギー400kcal 食塩1.8 g
	午後おやつ	ソイバリーヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、ブルーベリージャム、絹ごし豆腐、砂糖
25水	昼食	タコライス コンソメスープ パイン	米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、しょうが、にんじん、大豆、ミニトマト、チーズ、コーン、油、カレー粉、洋風だし、ウスターソース、ケチャップ キャベツ、ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、こしょう エネルギー600kcal 食塩1.7 g
	午後おやつ	お菓子、牛乳	
26木	昼食	麦ごはん さわらの竜田揚げ おからのサラダ 豆腐みそ汁 バナナ	米、押麦、水 さわら、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 ブロッコリー、ハム、おから、マヨネーズ、しょうゆ 木綿豆腐、油揚げ、ねぎ、カットわかめ、かつおだし汁、みそ、たまねぎ、にんじん
	午後おやつ	マカロニのあべかわ、牛乳	マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 エネルギー527kcal 食塩1.4 g
27金	昼食	あん混ぜ焼きそば ひじきと玉ねぎのサラダ わかめスープ みかん	豚肉、もやし、にら、焼きそばめん、ごま油、万能ねぎ、砂糖、中華だし、オイスターソース、醤油、みりん、片栗粉、水、人参 ひじき、ベーコン、たまねぎ、コーン缶、マヨネーズ、酢、食塩 カットわかめ、にんじん、コーン缶、ねぎ、水、中華だしの素、食塩 エネルギー419kcal 食塩1.8 g
	午後おやつ	コーンフレーク、牛乳	コーンフレーク
28日 土曜日 お 弁 当 の 日			

☆表記の一日の栄養量は3歳未満の乳児で計算しています。
☆献立は材料の仕入れ状況により変更する場合があります。
実施した献立は玄関に展示しておりますのでお迎えの際に、ご確認ください。
☆アレルギーの申請をされている場合は、原因食品を除去・代替して提供します