

2月 献立表

2024年 2月

川島町子育て支援課

日付	献立名			食材名			
	昼食	おやつ (〇朝おやつ②昼おやつ)	〇歳児おやつ (〇朝おやつ②昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 木	ごはん 鶏肉のみそ焼き コールスローサラダ 野菜スープ【0歳:干しいたけ抜き】	〇牛乳 〇ブリッツ ◎牛乳 ◎ハーベストクッキー	〇牛乳 〇ポーロ ◎牛乳 ◎かぼちゃとさつまいものクッキー	鶏もも肉、ロースハム、牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、こまつな、干しいたけ	うるち米、サラダ油、かたくり粉	料理酒、本みりん、こいくちしょうゆ、米みそ、コールスロードレッシング、コンソメ、食塩、こしょう、ブリッツ、ハーベストクッキー
2 金	煮込みうどん【0歳:干しいたけ抜き】 さつまいもの天ぷら 酢の物	〇牛乳 〇えびせんべい ◎牛乳 ◎ビスコ	〇牛乳 〇1歳からのえびせんべい ◎牛乳 ◎ビスコ	豚もも肉、油揚げ、卵、牛乳	だいこん、にんじん、こまつな、干しいたけ、乾燥わかめ、ブラックマツペもやし、きゅうり	うどん、サラダ油、さつまいも、小麦粉、上白糖	こいくちしょうゆ、本みりん、和風だし、穀物酢、食塩、えびせんべい、ビスコ
5 月	ごはん コロッケ 甘酢あえ 豚汁	〇牛乳 〇バナナ ◎牛乳 ◎ぼたぼた焼き	〇牛乳 〇バナナ ◎牛乳 ◎ひじきせんべい	かにかま、豚もも肉、絹ごし豆腐、油揚げ、牛乳	カリフラワー、ブロッコリー、にんじん、だいこん、ごぼう、バナナ	うるち米、サラダ油、上白糖、じゃがいも	ポテトコロッケ、穀物酢、食塩、米みそ、ぼたぼた焼き
6 火	パン ボークビーンズ 白菜のお浸し かぼちゃポタージュ	〇牛乳 〇スティック野菜(きゅうり) ◎フルーツヨーグルト ◎サラダせんべい	〇牛乳 〇スティック野菜(きゅうり) ◎フルーツヨーグルト ◎アンパンマンせんべい	豚ひき肉、大豆、かつお節、牛乳、プレーンヨーグルト	たまねぎ、にんじん、はくさい、かぼちゃ、きゅうり、黄桃缶、バナナ	ロールパン、じゃがいも、サラダ油	トマトケチャップ、コンソメ、食塩、こいくちしょうゆ、本みりん、シチュールウ、サラダせんべい
7 水	ごはん 酢豚 にらたまスープ みかん	〇牛乳 〇スティック野菜(にんじん) ◎牛乳 ◎ぼかうけせんべい	〇牛乳 〇スティック野菜(にんじん) ◎牛乳 ◎おこめせん	豚もも肉、卵、牛乳	しょうが、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、にら、えのきたけ、みかん	うるち米、じゃがいも、かたくり粉、サラダ油、砂糖、ごま油	こいくちしょうゆ、料理酒、穀物酢、トマトケチャップ、コンソメ、食塩、ぼかうけせんべい
8 木	ごはん すき焼き風煮 わかめサラダ みそ汁(玉ねぎ)	〇牛乳 〇プレーンクッキー ◎牛乳 ◎ウインナーケーキ	〇牛乳 〇ポーロ ◎牛乳 ◎ウインナーケーキ	豚もも肉、木綿豆腐、ロースハム、油揚げ、牛乳、ウインナーソーセージ	はくさい、こまつな、しいたけ、ブラックマツペもやし、きゅうり、にんじん、乾燥わかめ、たまねぎ、えのきたけ	うるち米、しらたき、上白糖、ごま油、ホットケーキミックス	こいくちしょうゆ、本みりん、穀物酢、米みそ、プレーンクッキー
9 金	インディアンズパグティ ハムサラダ コンソメスープ	〇牛乳 〇アスパラバスケット ◎牛乳 ◎ココナッツサブレ	〇牛乳 〇かぼちゃとさつまいものクッキー ◎牛乳 ◎どうぶつクッキー	豚ひき肉、ロースハム、ベーコン、牛乳	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、ぶなしめじ	スパゲッティ、サラダ油、上白糖	トマトケチャップ、中濃ソース、こしょう、カレー粉、食塩、穀物酢、コンソメ、アスパラバスケット、ココナッツサブレ
13 火	パン ほうれん草のシチュー ごまあえ 肉シウマイ	〇牛乳 ◎まがりせんべい ◎牛乳 ◎マカロニきなこ	〇牛乳 ◎アンパンマンせんべい ◎牛乳 ◎マカロニきなこ	ベーコン、牛乳、きな粉	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、こまつな、ブラックマツペもやし	食パン、サラダ油、いりごま、マカロニ、上白糖	シチュールウ、本みりん、しゅうまい、まがりせんべい、食塩
14 水	ごはん ハートハンバーグ 大根とツナのサラダ みそ汁(キャベツ)	〇牛乳 〇カルシウムせんべい ◎牛乳 ◎フレンチトースト	〇牛乳 〇ひじきせんべい ◎牛乳 ◎フレンチトースト	ツナ缶、牛乳、卵	だいこん、きゅうり、にんじん、キャベツ、たまねぎ	うるち米、食パン、上白糖	ハートハンバーグ、マヨネーズ、こいくちしょうゆ、食塩、米みそ、カルシウムせんべい
15 木	ごはん 鶏肉のみそ焼き コールスローサラダ 野菜スープ【0歳:干しいたけ抜き】	〇牛乳 〇ブリッツ ◎牛乳 ◎ハーベストクッキー	〇牛乳 〇ポーロ ◎牛乳 ◎かぼちゃとさつまいものクッキー	鶏もも肉、ロースハム、牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、こまつな、干しいたけ	うるち米、サラダ油、かたくり粉	料理酒、本みりん、こいくちしょうゆ、米みそ、コールスロードレッシング、コンソメ、食塩、こしょう、ブリッツ、ハーベストクッキー
16 金	煮込みうどん【0歳:干しいたけ抜き】 さつまいもの天ぷら 酢の物	〇えびせんべい ◎牛乳 ◎ビスコ	〇1歳からのえびせんべい ◎牛乳 ◎ビスコ	豚もも肉、油揚げ、卵、牛乳	だいこん、にんじん、こまつな、干しいたけ、乾燥わかめ、ブラックマツペもやし、きゅうり	うどん、サラダ油、さつまいも、小麦粉、上白糖	こいくちしょうゆ、本みりん、和風だし、穀物酢、食塩、えびせんべい、ビスコ
19 月	ごはん コロッケ 甘酢あえ 豚汁	〇牛乳 〇バナナ ◎牛乳 ◎ぼたぼた焼き	〇牛乳 〇バナナ ◎牛乳 ◎ひじきせんべい	かにかま、豚もも肉、絹ごし豆腐、油揚げ、牛乳	カリフラワー、ブロッコリー、にんじん、だいこん、ごぼう、バナナ	うるち米、サラダ油、上白糖、じゃがいも	ポテトコロッケ、穀物酢、食塩、米みそ、ぼたぼた焼き
20 火	パン ボークビーンズ 白菜のお浸し かぼちゃポタージュ	〇牛乳 〇スティック野菜(きゅうり) ◎フルーツヨーグルト ◎サラダせんべい	〇牛乳 〇スティック野菜(きゅうり) ◎フルーツヨーグルト ◎アンパンマンせんべい	豚ひき肉、大豆、かつお節、牛乳、プレーンヨーグルト	たまねぎ、にんじん、はくさい、かぼちゃ、きゅうり、黄桃缶、バナナ	ロールパン、じゃがいも、サラダ油	トマトケチャップ、コンソメ、食塩、こいくちしょうゆ、本みりん、シチュールウ、サラダせんべい
21 水	ごはん 酢豚 にらたまスープ みかん	〇牛乳 〇スティック野菜(にんじん) ◎牛乳 ◎ぼかうけせんべい	〇牛乳 〇スティック野菜(にんじん) ◎牛乳 ◎おこめせん	豚もも肉、卵、牛乳	しょうが、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、にら、えのきたけ、みかん	うるち米、じゃがいも、かたくり粉、サラダ油、砂糖、ごま油	こいくちしょうゆ、料理酒、穀物酢、トマトケチャップ、コンソメ、食塩、ぼかうけせんべい
22 木	ごはん すき焼き風煮 わかめサラダ みそ汁(玉ねぎ)	〇牛乳 〇プレーンクッキー ◎牛乳 ◎ウインナーケーキ	〇牛乳 〇ポーロ ◎牛乳 ◎ウインナーケーキ	豚もも肉、木綿豆腐、ロースハム、油揚げ、牛乳、ウインナーソーセージ	はくさい、こまつな、しいたけ、ブラックマツペもやし、きゅうり、にんじん、乾燥わかめ、たまねぎ、えのきたけ	うるち米、しらたき、上白糖、ごま油、ホットケーキミックス	こいくちしょうゆ、本みりん、穀物酢、米みそ、プレーンクッキー
26 月	ごはん いり鶏 風味和え みそ汁(わかめ)	〇牛乳 〇クラッカー ◎牛乳 ◎手作りドーナツ	〇牛乳 〇ひじきせんべい ◎牛乳 ◎手作りドーナツ	鶏もも肉、かつお節、絹ごし豆腐、油揚げ、牛乳	にんじん、ごぼう、たけのこ、ブラックマツペもやし、こまつな、乾燥わかめ	うるち米、板こんにゃく、じゃがいも、サラダ油、三温糖、ホットケーキミックス	こいくちしょうゆ、和風だし、本みりん、米みそ、クラッカー
27 火	パン ほうれん草のシチュー ごまあえ 肉シウマイ	〇牛乳 ◎まがりせんべい ◎牛乳 ◎マカロニきなこ	〇牛乳 ◎アンパンマンせんべい ◎牛乳 ◎マカロニきなこ	ベーコン、牛乳、きな粉	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、こまつな、ブラックマツペもやし	食パン、サラダ油、いりごま、マカロニ、上白糖	シチュールウ、本みりん、しゅうまい、まがりせんべい、食塩
28 水	ごはん ハンバーグ 大根とツナのサラダ みそ汁(キャベツ)	〇牛乳 〇カルシウムせんべい ◎牛乳 ◎フレンチトースト	〇牛乳 〇ひじきせんべい ◎牛乳 ◎フレンチトースト	豚ひき肉、卵、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、キャベツ	うるち米、パン粉、サラダ油、食パン、上白糖	食塩、こしょう、トマトケチャップ、中濃ソース、マヨネーズ、こいくちしょうゆ、米みそ、カルシウムせんべい
29 木	ごはん 鶏肉のみそ焼き コールスローサラダ 野菜スープ【0歳:干しいたけ抜き】	〇牛乳 〇ブリッツ ◎牛乳 ◎ハーベストクッキー	〇牛乳 〇ポーロ ◎牛乳 ◎かぼちゃとさつまいものクッキー	鶏もも肉、ロースハム、牛乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、こまつな、干しいたけ	うるち米、サラダ油、かたくり粉	料理酒、本みりん、こいくちしょうゆ、米みそ、コールスロードレッシング、コンソメ、食塩、こしょう、ブリッツ、ハーベストクッキー

※栄養価は3歳以上時の昼食・昼おやつの合計です