

2025年 2月給食献立表

南ヶ丘こども園

日付	曜日	献立	材 料		
			赤 体をつくる	黄 働く力に	緑 体の調子を整える
1	土	ウインナー 3~5歳はお弁当です。	ウインナー	パン	果物もしくはスープ
3	月	鬼ピラフ 洋風卵焼き つみれ汁	ミンチ ウインナー 卵 いわし	米	玉葱 レーズン ほうれん草 人参 えのき 人参 ほうれん草
4	火	十六穀米 鯖の塩焼きと胡麻和え 春雨サラダ ほうれん草の味噌汁	鯖 卵	米 十六穀米 胡麻 春雨	いんげん 胡瓜 ほうれん草 人参 玉葱
5	水	さめぎうどん ささみのフリッターと添え野菜 果物	うす揚げ なたと ささみ	うどん	人参 葱 ブロッコリー バナナ
6	木	鮭の散らし寿司 野菜の煮物 麩のすまし汁	鮭 卵 厚揚げ	米 麩	いんげん 大根 人参 えのき 人参 ほうれん草
7	金	ご飯 まさご揚げと添え野菜 ちくわの煮物 小松菜の味噌汁 バイキング	豆腐 ミンチ じゃこ エビ ちくわ	米	玉葱 ブロッコリー 大根 人参 小松菜 人参 玉葱
8	土	焼きそばパン 3~5歳はお弁当です。	ウインナー	パン 中華麺	人参 キャベツ 果物もしくはスープ
10	月	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 シュウマイの皮	玉葱 人参 ニラ もやし 玉葱 コーン バナナ
11	火	建国記念の日(お休み)			
12	水	ご飯 ハヤシライス マカロニサラダ 果物	豚肉	米 マカロニ	玉葱 人参 マッシュルーム 胡瓜 人参 バナナ
13	木	ジャーニャー麺 卵焼きと添え野菜 もやしのスープ	ミンチ 卵	中華麺	玉葱 人参 葱 筍 椎茸 胡瓜 もやし 人参 玉葱
14	金	ご飯 鯖の竜田揚げと添え野菜 大根サラダ のっぺい汁	鯖 じゃこ うす揚げ	米 里芋 蒟蒻	ブロッコリー 大根 胡瓜 人参 椎茸 ほうれん草
15	土	エッグ 3~5歳はお弁当です。	卵	パン	果物もしくはスープ
17	月	チキンピラフ ひじきの煮物 きのこのスープ	鶏肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 えのき 玉葱 椎茸 ほうれん草
18	火	肉うどん じゃが芋とウインナーの炒め物 果物	豚肉 ウインナー	うどん じゃが芋	人参 玉葱 ほうれん草 バナナ

冬

冬

冬

北陸地方の郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			赤 体をつくる	黄 働く力に	緑 体の調子を整える
19	水	ご飯 ぶりの照り焼きと胡麻和え 切干大根の煮物 南瓜の味噌汁	ぶり うす揚げ	米 胡麻	ほうれん草 切干大根 人参 南瓜 玉葱 人参 葱
20	木	ピビンバ丼 ちくわの磯部揚げと添え野菜 卵スープ	ミンチ ちくわ 卵	米	ほうれん草 人参 青のり 胡瓜 玉葱 人参 えのき 小松菜
21	金	ご飯 鶏肉のから揚げと添え野菜 中華風春雨サラダ 大根の味噌汁	鶏肉 卵	米 春雨 胡麻	ブロッコリー 胡瓜 人参 大根 玉葱 人参 葱
22	土	お弁当の日(給食はありません)			
24	月	振替休日(お休み)			
25	火	カレーライス シーチキンサラダ 果物	豚肉 シーチキン	じゃが芋 米	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 バナナ
26	水	焼きそば じゃが芋とベーコンの炒め物 わかめすまし汁	豚肉 ベーコン	中華麺 じゃが芋	キャベツ 玉葱 人参 コーン わかめ 人参 葱
27	木	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 青梗菜のスープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮	ピーマン 人参 筍 ニラ 玉葱 ブロッコリー 青梗菜 玉葱 人参
28	金	わかめご飯 油淋鶏と添え野菜 ほうれん草の胡麻和え きのこの味噌汁	鶏肉 うす揚げ	米 胡麻	わかめ 葱 キャベツ 葱 ほうれん草 人参 えのき 玉葱 椎茸 小松菜

エネルギー 506kcal ・ タンパク質 20.3g ・ 脂質 17.4g ・ カルシウム 248g

今月の見本はすみれ組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはゆり・さくら組さんがします。