



令和5年度2月 給食献立表



神拝保育園



日	曜	行事	献立	果物	三色食品群			未満児 午前おやつ	3時の おやつ
					あか 血や肉をつくる (主にたんぱく質)	きいろ はたらく力や 体温になる (主に脂質・糖質)	みどり 体をばい菌から守ったり 元気になる (主にビタミン・ミネラル)		
1	木		つくね 切り昆布の煮付け 大根のすまし汁	りんご	鶏ミンチ・豆腐 昆布・鶏むね肉 ウインナー	ホットケーキミックス	玉葱・生姜・人参 さやいんげん・大根 青葱・りんご	ミルク マリー	ミルク アメリカンドッグ
2	金	誕生会・節分	～鬼は外、福は内～ 鬼方巻き・塩から揚げ・フライドポテト 大豆の和え物・白菜の中華スープ	せとこ	牛肉・のり 鶏もも肉・大豆 ささみ・卵・豆乳	焼肉のタレ・ホイップクリーム じゃが芋・バター・マヨドレ 鶏がらスープの素 ホットケーキミックス	きゅうり・コーン・小松菜 人参・白菜・玉葱・えのき せとこ・みかん缶・いちご	牛乳 ぼたぼた焼き	ミルク 鬼のパンツケーキ
3	土		中華風煮 もやしのナムル	バナナ	豚肉 ささみ	鶏がらスープの素 ごま油	白菜・玉葱・人参 もやし・小松菜・バナナ	ミルク	牛乳 シガーフライ
5	月	リトミック(年長)	すき焼き風煮 春雨の酢の物 もやしの中華スープ	ポンカン	豚肉・豆腐 ささみ・豆乳	春雨・さつまい 鶏がらスープの素 蒸しパンミックス	白菜・玉葱・人参 ごぼう・きゅうり・もやし しめじ・ポウロン	ミルク ムーンライト	ミルク さつまい芋蒸しパン
6	火		ささみのレモン煮 大豆五目煮 豆乳スープ	青りんご	ささみ・大豆 鶏むね肉・昆布 ウインナー・豆乳	こんにやく・パン 鶏がらスープの素 ブルーベリージャム	人参・玉葱・白菜 青りんご	ミルク ぼたぼた焼き	ミルク ブルーベリージャムサンド
7	水	じゃが芋植え (年少・年中)	赤魚(鯛)の野菜あんかけ ポテトサラダ 豚汁	バナナ	赤魚(鯛)・ハム 豚肉・味噌・牛乳	じゃが芋・マヨドレ オレンジジュース	玉葱・人参・えのき・大根 きゅうり・ごぼう・かぼちゃ バナナ・パイン缶・みかん缶	ミルク シガーフライ	ぱりんこ ミックスジュース
8	木	太陽スポーツ (年少・年中)	ポークカレー ポパイソテー かぼちゃのフライ	みかん	豚肉・ウインナー 卵・豆乳	じゃが芋・カレールー パン粉	人参・玉葱・ほうれん草 キャベツ・もやし かぼちゃ・みかん	ミルク ビスコ	お茶 豆乳プリン
9	金	じゃが芋植え予備日 (年少・年中)	焼きそば ブロッコリーのおかか和え わかめのすまし汁	バナナ	豚肉・ヨーグルト かつお節・青のり わかめ・豆腐	焼きそば麺 お好みソース	キャベツ・玉葱・人参 もやし・ブロッコリー 大根・バナナ	ミルク マリー	雪の宿 ヨーグルト
10	土		チキンチャップ 塩昆布白菜	りんご	鶏もも肉・ささみ 昆布	ケチャップ 鶏がらスープの素 ごま油	キャベツ・玉葱・人参 しめじ・白菜・きゅうり りんご・ゆかり	ミルク シガーフライ	お茶 ゆかりおにぎり
13	火		ジャーマンオムレツ ひじきのゴマネーズ レタスのコンソメスープ	ポンカン	卵・鶏ミンチ ひじき・ハム 豆乳	じゃが芋・コンソメ 鶏がらスープの素 ごま・マヨドレ・バター ホットケーキミックス	玉葱・きゅうり・人参 レタス・ポンカン	ミルク ぼたぼた焼き	ミルク バナナケーキ
14	水		赤魚(鯛)のフライ 切干大根の煮物 キャベツの中華スープ	バナナ	赤魚(鯛) 油揚げ・卵	鶏がらスープの素 バター・パン粉	切干大根・人参 キャベツ・もやし・えのき さやいんげん・バナナ	ミルク 卵ポーロ	ミルク クッキー
15	木		豆腐ハンバーグ 中華和え 根菜の味噌汁	オレンジ	合挽ミンチ・豆腐 ハム・味噌 きな粉	パン粉・ごま油 鶏がらスープの素 パン・バター	玉葱・小松菜 キャベツ・大根・人参 れんこん・オレンジ	ミルク シガーフライ	ミルク パン耳きな粉
16	金	リトミック(年中)	けんちんうどん わかめの酢の物 豆じゃこ	りんご	わかめ・大豆・ささみ 牛乳・ちりめんじゃこ ヨーグルト・鶏むね肉	うどん リンゴジュース	人参・玉葱・ごぼう 大根・もやし きゅうり・りんご	ミルク マリー	ぼたぼた焼き 飲むヨーグルト
17	土		チャプチェ 大根のサラダ	バナナ	豚肉・ささみ	春雨・マヨドレ 鶏がらスープの素 ごま油	キャベツ・人参 玉葱・大根・きゅうり コーン・バナナ	ミルク シガーフライ	牛乳 ぱりんこ
19	月		さつまい芋のシチュー ひじきの煮物 ちくわの天ぷら	みかん	鶏むね肉・豆乳 ひじき・大豆・ちくわ ウインナー	さつまい シチュールー 鶏がらスープの素	人参・玉葱・さやいんげん みかん・コーン・玉葱	ミルク ビスコ	お茶 チャーハン風おにぎり
20	火		豚カツ キャベツの酢の物 かぼちゃの味噌汁	青りんご	豚肉・ささみ 味噌・ヨーグルト	鶏がらスープの素 パン粉	キャベツ・きゅうり かぼちゃ・玉葱 青葱・青りんご	ミルク ぼたぼた焼き	ムーンライト ヨーグルト
21	水	お茶の稽古(年長)	サバ(鯛)の味噌煮 厚揚げチャンプルー 小松菜のすまし汁	オレンジ	サバ(鯛)・味噌 厚揚げ・豚肉・卵	鶏がらスープの素 無糖コーンフレーク マシュマロ・バター	生姜・白菜・玉葱 小松菜・大根・人参 オレンジ	ミルク ぱりんこ	ミルク シリアルバー
22	木	太陽スポーツ(年長)	ナポリタン ブロッコリーサラダ じゃが芋のコンソメスープ	バナナ	ウインナー ハム	スパゲティ・ケチャップ 鶏がらスープの素 マヨドレ・じゃが芋・コンソメ	玉葱・人参・ブロッコリー カリフラワー・キャベツ えのき・バナナ・ごぼう	ミルク シガーフライ	お茶 揚げごぼう
24	土		鶏肉の照り焼き風煮 白菜サラダ	りんご	鶏もも肉	マヨドレ	キャベツ・玉葱・人参 しめじ・白菜・大根 コーン・りんご	ミルク	牛乳 ぼたぼた焼き
26	月		肉じゃが ほうれん草の白和え かぶの味噌汁	みかん	豚肉・ハム 豆腐・味噌・わかめ	じゃが芋・こんにやく 鶏がらスープの素	人参・玉葱・ほうれん草 グリーンピース・しめじ かぶ・みかん・キャベツ	ミルク マリー	お茶 中華粥
27	火		ナゲット 野菜のきんぴら かき玉スープ	バナナ	鶏ミンチ・豆腐 わかめ・卵・豆乳 卵・ツナ・青のり	パン粉・マヨドレ 鶏がらスープの素 ホットケーキミックス	玉葱・ごぼう・人参 れんこん・コーン・バナナ	ミルク 雪の宿	ミルク ツナマヨパン
28	水		豚肉の生姜焼き もやしのごま和え 豆腐のすまし汁	りんご	豚肉・豆腐 ウインナー	ごま・餃子の皮 ケチャップ マヨドレ	玉葱・人参・ニラ・しめじ・生姜 もやし・キャベツ・きゅうり・白菜 青葱・ピーマン・りんご	ミルク シガーフライ	ミルク バリバリピザ
29	木		中華そば キャベツのサラダ レバーのかりんとう揚げ	オレンジ	豚肉・ハム 豚レバー ヨーグルト	中華麺 鶏がらスープの素 マヨドレ	白菜・人参・ニラ・キャベツ 大根・生姜・オレンジ・バナナ りんご・みかん缶・パイン缶	ミルク ぱりんこ	お茶 フルーツヨーグルト

※ 7(水)・14(水)・21(水)の魚は、
たんぱぼ・れんげ組が『(かつこ)内』のものになります。

【年少・年中・年長児の主食について】
※ メニューやお子さまの体調に合わせて
食べられる量を持ってきてください。
(園での目安は110gです。)
※ 2(金)の誕生会は、主食はいりません。

