



## 2月予定および献立表



令和7年1月20日  
けいあいルンビニ五月が丘

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1 土		ビスコ	カレーピラフ グリーンサラダ わかめスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、コーン 玉葱、わかめ	フルーツ ●ビスケット ●牛乳
2 日					
3 月	豆まき	クラッカー	★●手巻き寿司 けんちん汁 フルーツ	ツナ、きゅうり、大葉、ごま、カニカマ、卵、チーズ 鶏肉、大根、人参、ごぼう、青ねぎ みかん	●鬼さんケーキ ●牛乳
4 火		せんべい	きんぴらご飯 / 鯖の塩焼 ★高野豆腐の卵とじ みそ汁	ごぼう、人参、れんこん 鯖 高野豆腐、卵、人参、三つ葉 キャベツ、もやし、青ねぎ	だしシャカポテト ●牛乳
5 水		満月ボン	肉じゃが 白和え みそ汁	豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、こんにゃく、ごま 大根、油揚げ、青葱	●チーズサンド ●牛乳
6 木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	豚肉とキャベツのみそ炒め ぽん酢和え ★卵とコーンのスープ	豚肉、人参、キャベツ、ピーマン、甜麺醤 ほうれん草、白菜、人参、ゆず果汁 卵、うらごしとうもろこし、玉葱、青葱	★●スナックパン ●牛乳
7 金	誕生会	ビスケット	●冬野菜カレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、南瓜、かぶ、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン ヨーグルト	★●パースディケーキ ●牛乳
8 土		ビスコ	焼きそば ごま和え みそ汁	中華そば、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、ソース ブロッコリー、人参、ごま 玉葱、しめじ	せんべい ミニゼリー ●牛乳
9 日					
10 月		クラッカー	鯛の野菜あんかけ 磯和え みそ汁	鯛、玉葱、人参、もやし、ピーマン ほうれん草、白菜、人参、のり 麩、わかめ、青葱	●おからドーナツ ●牛乳
11 火	建国記念日				
12 水		満月ボン	鶏肉のマーマレード焼き 大豆サラダ きのこスープ	鶏肉、マーマレード 大豆、人参、じゃがいも、きゅうり、じゃこ えのき、しめじ、玉葱	さつま芋ぜんざい ●牛乳
13 木		アスパラガス ビスケット	豚肉のしぐれ煮 酢の物 みそ汁	豚肉、ごぼう、玉葱、人参、しらたき、いんげん ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、大根 さつま芋、玉葱、青ねぎ	★●スイートブール ●牛乳
14 金		ビスケット	ビビンバ 高野豆腐とひじき煮 ★サンラータン	合挽肉、ほうれん草、人参、もやし、豆腐、ごま 高野豆腐、人参、ツナ、いんげん 白菜、人参、春雨、卵、筍、干椎茸、青葱	●シリアルクッキー ●牛乳
15 土		ビスコ	チキンライス ウインナーと小松菜ソテー コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、ケチャップ ウインナー、小松菜 じゃが芋、玉葱	たい焼き ●牛乳

■献立の内容は、仕入れの状況により、変更する場合があります。

■アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

■乳児の朝のおやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
16 日					
17 月	避難訓練	クラッカー	鶏肉の甘辛揚げ/添野菜 バンサンスー みそ汁	鶏肉 ブロッコリー もやし、きゅうり、人参、ごま しめじ、油あげ、青ねぎ	●ブルーベリーケーキ ●牛乳
18 火		せんべい	★●豆腐の松風焼き 添野菜 平天と野菜の煮物 みそ汁	鶏挽肉、豆腐、玉葱、青葱、卵、パン粉、牛乳、味噌、ごま/ もやし 平天、人参、干椎茸、しらたき、いんげん ほうれん草、キャベツ	★●ミルクパン ●牛乳
19 水		満月ボン	豚肉の生姜焼き ★マカロニサラダ 白菜のトロトロスープ	豚肉、玉葱、人参、ピーマン ツナ、マカロニ、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ 白菜、人参、ちくわ、チンゲン菜、生姜	●フルーツヨーグルト ★●バウムクーヘン
20 木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	●ハヤシライス カニカマサラダ フルーツ	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、デミグラスソース、ルウ カニカマ、キャベツ、きゅうり、人参 バナナ	●お麩ラスク ●牛乳
21 金		ビスケット	たらのおろしあん じゃこサラダ 豚肉ともやしのスープ	たら、大根 ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 豚肉、もやし、にら、みそ	夕焼おにぎり ●牛乳
22 土		ビスコ	●サンドイッチ ささみと南瓜ごまサラダ スープ	パン、ツナ、チーズ、キャベツ、マヨドレ ささみ、南瓜、人参、きゅうり、ごま じゃが芋、玉ねぎ	●スノーボールクッキー ●牛乳
23 日	天皇誕生日				
24 月	振替休日				
25 火		せんべい	わかめご飯 鮭の西京焼き ひじき煮 ★かきたま汁	わかめ 鮭、味噌 ひじき、大豆、人参、しらたき、いんげん 卵、えのき、みつば	★●りんごケーキ ●牛乳
26 水		満月ボン	★●てりやきハンバーグ ツナサラダ みそ汁	合挽肉、玉葱、卵、パン粉、牛乳 ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 南瓜、えのき、青ねぎ	●ジャムサンド ●牛乳
27 木		アスパラガス ビスケット	和風スパゲッティ ひじきサラダ ●チーズ	スパゲティ、鶏肉、玉葱、エノキ、しめじ、エリンギ ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ チーズ	かやくご飯 ●牛乳
28 金		ビスケット	焼肉 ★ポテトサラダ 春雨スープ	牛肉、玉葱、人参、ピーマン、にんにく、生姜、ごま、りんご ツナ、じゃが芋、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ 玉葱、春雨、青葱	●マッシュマロおこし ●牛乳

### 今月の一人当たりの栄養素(3歳児以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
平均	514	17.3	14.5	229	2.1	189	0.33	0.36	19	4	1.3
基準値	520	19.5	14.4	200	2.3	180	0.25	0.28	18	3.5	1.5