



2月予定および献立表



令和7年1月20日
千里の丘けいあい保育園

●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	スイミング (きりん)	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	豆まき お習字 (きりん)	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	体育あそび (りす・幼児)	アスパラガス ビスケット	豚肉とキャベツのみそ炒め ぼん酢和え ★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 E～たいむ (幼児)	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	家庭の日 幼児 お弁当日	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	スイミング (きりん)	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	お習字 (きりん) 避難訓練	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	体育あそび (りす・幼児) シーツ交換	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	E～たいむ (幼児) 涅槃会	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	制服採寸・申込 (りす) 卒園記念写真(きりん)	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	制服採寸・申込 (りす) お習字(きりん)	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	Jリーグアカデミー (いぬ・きりん)	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	体育あそび (りす・幼児)	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	E～たいむ (幼児)	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	家庭の日 幼児 お弁当日	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	Keiaiサッカー フェスティバル (きりん)	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	体育あそび (りす・幼児) シーツ交換	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	604	20.8	16.3	276	2.4	228	0.42	0.45	24	4.8	1.7
基準値	605	22.7	16.8	250	2.5	180	0.3	0.32	20	3.6	1.6