

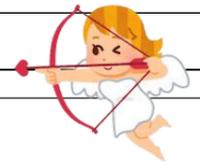
# 2月の献立表

増美保育園川越 2025年 2月



名阪食品  
MEIHAN SHOKUHIN

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
3月	火	10時	野菜せんべい			赤ちゃんせんべい	
		昼食	ひき肉と小松菜の玉子焼き 五目ひじき煮 味噌汁 ゆかりご飯	玉子・鶏肉 大豆・油揚げ 味噌	小松菜・干し椎茸 ひじき・人参・絹さや わかめ ゆかり	サラダ油・片栗粉 サラダ油・砂糖 焼麩 米	塩・天然だし・醤油 醤油・天然だし 水・天然だし
		3時	韓国風おにぎり 麦茶	かつお節	青のり粉	米・胡麻・胡麻油	塩・醤油 麦茶・水
4月	火	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	鮭の塩焼き *青梗菜のお浸し 棒々鶏サラダ ご飯 味噌汁	さけ かつお節 鶏肉・味噌	青梗菜 胡瓜・もやし・人参 大根・豆苗	サラダ油 胡麻・胡麻油・砂糖 米	塩 醤油・天然だし 醤油・酢 水・天然だし
		3時	ジャムクラッカーサンド 牛乳	牛乳		クラッカー・いちごジャム	
5月	水	10時	蒸しじゃが芋 ハヤシライス			じゃが芋	
		昼食	白菜のコールスロー オレンジゼリー	豚肉	玉葱・マッシュルーム・グリーンピース 白菜・人参・コーン・レモン	サラダ油・米 マヨドレ・砂糖 オレンジゼリーの素	乳対応ハヤシフレック・ウスターソース・ケチャップ・ コンソメ・塩・こしょう・水 酢・塩 水
		3時	プリン 麦茶	プリンの素・牛乳		砂糖	水 麦茶・水
6月	木	10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	豚肉と野菜のオイスターソース炒め 春雨の中華和え のっぺい汁 ご飯	豚肉 鶏肉・油揚げ	白菜・もやし・人参・小松菜 コーン 大根・人参	サラダ油・胡麻油・砂糖 春雨・砂糖・胡麻油 片栗粉・里芋・胡麻油 米	水・鶏がらスープ・醤油・オイスターソース 醤油・酢 醤油・塩・水・天然だし
		3時	ひじきおにぎり 牛乳	牛乳	ひじき・人参	米	醤油・みりん・塩・和風だし
7月	金	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	鶏の味噌漬け焼き *人参の甘煮 白和え すまし汁 ご飯	鶏肉・味噌 豆腐	生姜 人参 しめじ・人参・ほうれん草 もやし・青梗菜	砂糖 砂糖 胡麻・砂糖 米	醤油・料理酒・みりん 塩 塩・醤油 水・塩・醤油
		3時	スコーン 牛乳	スキムミルク・牛乳 牛乳		ホットケーキミックス・マーガリン	
10月	水	10時	野菜せんべい			赤ちゃんせんべい	
		昼食	鶏の塩昆布マヨネーズ焼き *ほうれん草のおかか和え がんもと野菜の煮物 味噌汁 ご飯	鶏肉 かつお節 がんもどき 味噌	塩昆布 ほうれん草 人参・グリーンピース わかめ	マヨドレ 砂糖 じゃが芋 米	醤油 醤油 醤油・天然だし 水・天然だし
		3時	きなこスナッ麩 麦茶	きな粉		焼麩・サラダ油・砂糖	塩 麦茶・水
12月	水	10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	スパニッシュオムレツ さつま芋とひじきのサラダ コンソメスープ わかめご飯	玉子・豚肉 豆腐	人参・コーン・グリーンピース ひじき・いんげん ほうれん草 わかめ	じゃが芋・サラダ油 さつま芋・マヨドレ・砂糖 米	塩・こしょう・ケチャップ 塩・和風だし コンソメ・醤油・塩・水
		3時	葉だいこんぶおにぎり 麦茶		大根の葉・塩昆布	米・胡麻	麦茶・水
13月	木	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	中華旨煮 もやしの胡麻味噌和え 味噌汁 ご飯	豚肉・厚揚げ 味噌 味噌	もやし・人参・白菜・干しいたけ 胡瓜・もやし・コーン 青梗菜・玉葱	胡麻油・片栗粉・サラダ油 胡麻・胡麻油・砂糖 米	塩・こしょう・醤油・オイスターソース・鶏がらスープ・水 醤油・酢 水・天然だし
		3時	味噌蒸しパン 牛乳	豆乳・味噌 牛乳		小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー
14月	金	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	肉うどん ブロッコリーの磯和え グレーゼリー	豚肉	干しいたけ・玉葱・人参・ほうれん草 ブロッコリー・コーン・焼のり	うどん・サラダ油・砂糖 砂糖 ぶどうゼリーの素	水・天然だし・めんつゆ・醤油・みりん 醤油 水
		3時	なめだけおにぎり 牛乳	牛乳	なめ茸	米	天然だし・醤油



日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
17	月	10時	野菜せんべい			赤ちゃんせんべい	
		昼食	鶏の塩こうじ焼 *いんげんのごま和え 南瓜の煮つけ 味噌汁 ご飯	鶏肉 油揚げ・味噌	いんげん 南瓜 小松菜	サラダ油 胡麻・砂糖 砂糖 米	塩こうじ 醤油 醤油・みりん・天然だし 水・天然だし
		3時	梅おかかおにぎり 麦茶	かつお節	だし昆布・練り梅・ゆかり	米	麦茶・水
18	火	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	ポークカレー フレンチサラダ マスカットゼリー	豚肉	玉葱・人参・生姜・にんにく 白菜・人参・コーン・レモン	サラダ油・じゃが芋・米 サラダ油・砂糖 マスカットゼリーの素	カレー粉・卵対応カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース・水 酢・塩・こしょう 水
		3時	コンソメポテト 牛乳	牛乳		じゃが芋・サラダ油	コンソメ
19	水	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	カレイの味噌煮 *絹さや 切干大根サラダ すまし汁 ご飯	かれい・味噌 鶏肉 油揚げ	生姜 絹さや 切干大根・人参・いんげん 玉葱	砂糖 マヨドレ・砂糖 米	醤油・みりん・水 醤油・塩 水・天然だし・塩・醤油
		3時	中華蒸しパン 麦茶	玉子・牛乳		小麦粉・砂糖・胡麻油・サラダ油	ベーキングパウダー・醤油 麦茶・水
20	木	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	イタリアンチキン *ブロッコリー リボンマカロニサラダ 野菜スープ コンソメライス	鶏肉・チーズ ロースハム	ブロッコリー 人参・コーン・グリーンピース 白菜・玉葱・コーン パセリ	砂糖・サラダ油 リボンマカロニ・マヨドレ 米・サラダ油	ケチャップ・ウスターソース 塩・コンソメ コンソメ・塩・こしょう ケチャップ・コンソメ・塩・こしょう・水 コンソメ・塩
		3時	バナナケーキ 麦茶	玉子・牛乳	バナナ	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー 麦茶・水
21	金	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	厚揚げの甘辛炒め ポテトサラダ 中華風コーンスープ ご飯	厚揚げ・豚肉 玉子	青梗菜・人参・玉葱・にんにく・生姜 胡瓜・人参 コーン・玉葱・パセリ	サラダ油・砂糖・胡麻 じゃが芋・マヨドレ 片栗粉 米	醤油・塩・料理酒・こしょう 塩・こしょう 水・鶏がらスープ・塩・こしょう
		3時	ココアクッキー 牛乳	玉子 牛乳		小麦粉・砂糖・マーガリン・純ココア	ベーキングパウダー・バニラエッセンス
25	火	10時	野菜せんべい			赤ちゃんせんべい	
		昼食	鶏の照り焼き *ブロッコリーの胡麻マヨ和え さつま芋の甘煮 味噌汁 ご飯	鶏肉 豆腐・味噌	ブロッコリー 干し椎茸	砂糖・サラダ油 胡麻・マヨドレ さつま芋・砂糖 米	醤油・みりん 醤油 水 水・天然だし
		3時	シュガートースト 牛乳	牛乳		食パン・マーガリン・グラニュー糖	
26	水	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	クリームシチュー コーンサラダ オレンジゼリー ロールパン	鶏肉・牛乳	南瓜・人参・玉葱・ブロッコリー コーン・白菜・胡瓜・レーズン	サラダ油 サラダ油・砂糖 オレンジゼリーの素 ロールパン	塩・こしょう・卵対応シチューフレーク・水・コンソメ 酢・塩・こしょう 水
		3時	キャロット豆乳蒸しパン 麦茶	豆乳	人参	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー 麦茶・水
27	木	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	豚肉のたれ炒め 中華風サラダ 味噌汁 ご飯	豚肉 油揚げ・味噌	玉葱・人参・しめじ・生姜・いんげん もやし・胡瓜・わかめ 大根	サラダ油 砂糖・胡麻油 米	みりん・醤油 酢・醤油 水・天然だし
		3時	そぼろおにぎり 牛乳	鶏肉 牛乳	生姜	米・砂糖	醤油・みりん
28	金	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	ちらし寿司 松風焼 *菜の花のお浸し すまし汁	油揚げ・桜でんぶ・玉子 鶏肉・豆腐・味噌 かつお節	だし昆布・人参・干し椎茸・ 味付けかんぴょう・焼のり・絹さや 玉葱・青のり粉 菜の花 わかめ	米・砂糖 片栗粉・胡麻 花麩	酢・塩・醤油 みりん・料理酒・醤油・塩 醤油 水・天然だし・塩・醤油
		3時	いちごケーキ 麦茶	玉子・牛乳・ホイップ	いちご	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー 麦茶・水

※都合より献立が変更になる場合がありますのでご了承ください  
 ※27品目アレルギー不使用の食材には 卵対応 と表記しています



献立種類	栄養素	目標栄養価	平均栄養価
1~2歳児	エネルギー	460kcal	458kcal
	たんぱく質	15g	15.5g
	食塩	1.8g	1.7g
3~5歳児	エネルギー	540kcal	542kcal
	たんぱく質	17g	20g
	食塩	2g	2.1g

※目標栄養価は昼食とおやつを合算したものとなります