2025年　2月給食献立表　立花ひよこ保育園

	（月）10，（火）18			（火）25，（水）12			（水）26			（木）13，27			（金）14，28			（土）1		
昼食	鯖の煮付け	鯖	40	ポークビーンズ	豚肉/玉ねぎ	10/25	豆腐カツ	木綿豆腐	50	肉じゃが	牛肉	20	大根と鶏肉の	鶏肉	40	味噌	うどん	30
		しょうゆ/みりん	2		人参	15		こめ油	5		じゃが芋	40	甘辛煮	大根/人参	40/20	煮込みうどん	鶏肉	20
		砂糖	1		大豆	10		しょうゆ/にんにく	1/少々		玉ねぎ/人参	25/15		白ねぎ	8		人参	10
		酒/生姜	2/適量		じゃが芋	30		薄力粉	2		糸こんにゃく	20		しょうゆ/みりん	3/2		キャベツ	20
	人参サラダ	人参	25		いんげん/こめ油	5/1		パン粉	5		いんげん	5		砂糖	1		生椎茸	5
		もやし	15		にんにく	1	つけ合わせ	ブロッコリー	15		しょうゆ/みりん	2/1					青ねぎ	2
		コーン	10		ケチャップ	4					砂糖/油	1	小松菜の	小松菜	40		麦みそ	3
		ほうれん草	15		トマトピューレ	3	ひじきの	ひじき	5				ごま和え	えのき	30		みりん	2
		酢/こめ油	1		砂糖	1	炒り煮	人参/ごぼう	8	スパゲティ	スパゲティ	10		もやし	8			
		砂糖/しょうゆ	1	キャベツと水菜の	キャベツ	35		うすあげ	5	サラダ	コーン/人参	5/8		ごま/しょうゆ	1/1.5	粉ふき芋	じゃが芋	40
				おろしサラダ	水菜/人参	10/8		いんげん	5		キャベツ	8					青のり	適量
	豚汁	豚肉/人参	10/5		大根/こめ油	20/1		しょうゆ/砂糖	3/1		ブロッコリー	10	みそ汁	白菜	15		塩	少々
		大根/里芋	15		しょうゆ/酢	2/1	三平汁	生鮭	15		豆乳マヨネーズ	5		玉ねぎ	15			
		ごぼう	5		砂糖	0.5		人参/大根	10/20	みそ汁	切干大根	1		麦みそ	4	ごま和え	チンゲン菜	30
		厚揚げ	15	スープ	麩/わかめ	1/0.1		こんにゃく	5		えのき	15	いりこ	いりこ	2		人参	8
		青ねぎ/麦みそ	2/4		コンソメ	適量		白ねぎ	8		麦みそ	4	ごはん	有機米	55		えのき	10
					しょうゆ/塩	少々		酒/塩	1/少々	五穀ごはん	五穀米	適量		生姜/しょうゆ	少々/2		ごま/しょうゆ	1
	ごはん	有機米	55	ごはん	有機米	55	ごはん	有機米	55		有機米	55		みりん/塩	1/少々			
おやつ	型抜き	薄力粉	15	レーズンボッキー	薄力粉	15	ほうれん草	白玉粉/上新粉	15/5	恐竜の卵	白玉粉/上新粉	15/5	ふかし芋	さつま芋	50	自然食品菓子		
	ごまクッキー	砂糖/こめ油	5/4		レーズン/こめ油	3	団子	ほうれん草	3		黒砂糖/こめ油	5/2						
	10日	牛乳/すりごま	5/1.5		砂糖/B.P	1/0.2		きな粉	3		B．P	0.5						
	（わらび餅）							砂糖	2	13日（乳児）			14日（幼児）					
										お楽しみおやつ			お楽しみおやつ					
	果物	りんご		果物	ポンカン		果物	いよかん		果物	りんご		果物	清見オレンジ				
	牛乳			牛乳			牛乳			牛乳			牛乳			牛乳		

	（月）3，17			（火）4〔節分〕			（水）5，19			（木）6，20			（金）7，21			（土）8，22		
昼食	チキン	鶏手羽中	2本	巻き寿司	有機米/焼きのり	50/1枚	豚みそ炒め	豚肉/キャベツ	20/30	鰆の竜田焼き	鰆	40	ツナボール	豆腐	40	中華丼	有機米	50
	スペアリブ	しょうゆ	2		人参/きゅうり	15		玉ねぎ/生椎茸	20/8		片栗粉	2		ツナ/玉ねぎ	10		豚肉/生椎茸	20/5
		砂糖	2		高野豆腐	3		人参/水菜	15/8		しょうゆ/酒	2		れんこん/青ねぎ	8/3		白菜	30
		オイスターソース	1		さつま芋	15		しょうゆ/酒	1		生姜/にんにく	少々		塩こしょう/しょうゆ	0.1/1		人参/玉ねぎ	10
		にんにく	0.5		酢/砂糖	15/7		麦みそ/にんにく	1	つけ合わせ	カリフラワー	15		片栗粉/パン粉	2/5		長ねぎ	10
		塩こしょう	少々		塩/しょうゆ	2/8		こめ油	1					こめ油	3		しょうゆ	2
	つけ合わせ	じゃが芋	20	いわしの	いわし	40	さらさ和え	じゃが芋	30	おから和え	おから	6	つけ合わせ	さつま芋	15		塩こしょう	少々
	ひじきサラダ	ひじき	2.5	フライ	パン粉/薄力粉	10/5		もやし	20		ほうれん草	8	キャベツの	キャベツ	40		ごま油	1
		チンゲン菜	20		こめ油	5		人参	10		キャベツ	20	ナムル	人参/わかめ	10/0.1		片栗粉/油	1
		ハム/人参	5/8	菜の花和え	キャベツ	30		ほうれん草	10		コーン	5		もやし	15			
		コーン	2		人参/菜の花	8/5		ハム	5		人参	5		ごま/ごま油	1	ブロッコリーの	ブロッコリー	40
		豆乳マヨネーズ	4		コーン/しょうゆ	5/1		塩/しょうゆ	0.1/1		豆乳マヨネーズ	5		しょうゆ/塩	1/0.2	おかか和え	かつお節	少々
		しょうゆ/ごま	1/0.5	カミナリ汁	豆腐	15	すまし汁	豆腐	20				みそ汁	しめじ	8		しょうゆ	1
	みそ汁	キャベツ	15		ごま油	0.5		わかめ	0.1	みそ汁	じゃが芋	15		小松菜	10			
		人参	8		人参/大根	5/15		しょうゆ	1		もやし	8		麦みそ	4			
		麦みそ	4		白ねぎ	5		塩	0.1		わかめ	0.1	カキごはん	カキ/みつば	15/2	みそ汁	玉ねぎ	15
	五穀ごはん	五穀米	適量		しょうゆ/塩	1/0.2					麦みそ	4	21日	しょうゆ/酒	1		わかめ	0.3
		有機米	55		酒	1	ごはん	有機米	55	ごはん	有機米	55	（ごはん）	有機米	45		麦みそ	5
おやつ	うどん	うどん	15	やこめごはんの	有機米/もち	20/10	りんごの	薄力粉	20	あみめし	有機米/もち	25/5	みそ	薄力粉	20	自然食品菓子		
	かりん糖	砂糖	3	おにぎり	煎り大豆	3	ケーキ	りんご	10	おにぎり	あみえび	2	蒸しパン	麦みそ	5			
		こめ油	3		ちりめん	2		砂糖	3		しょうゆ/塩	1/少々		砂糖/B.P	6/1			
					塩	0.1		B.P/バター	1/5									
	果物	ポンカン		果物	りんご		果物	いよかん		果物	りんご		果物	清見オレンジ				
	牛乳						牛乳						牛乳			牛乳		

※分量は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。　※果物は、入荷時期などによって変更があります。

※五穀ごはんに入っている五穀（もちきび・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス）は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。