

献立表

2023年2月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 水	昼食	ごはん 鯖の韓国風焼き ツナポテト こまつなのお浸し 人参のスープ フルーツ	米 ごま、ごま油 じゃがいも、砂糖	さわら ツナ缶 糸かつお 木綿豆腐	のり コーン もやし、こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 いちごのムース	フルーチェ	牛乳 生クリーム、牛乳、ホイップクリーム		
2 木	昼食	ごはん 鯖の味噌マヨ焼き 切り干し大根の卵焼き ほうれん草の昆布和え 大根のすまし汁 フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖 じゃがいも	さば（0歳児クラスはたい）、みそ 卵 木綿豆腐	コーン、切り干しだいこん ほうれん草、もやし、にんじん、塩こんぶ だいこん、えのき、ねぎ グレープフルーツ（0・1歳児クラスはバナナ）	みりん しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 クッキー	小麦粉、バター、砂糖	牛乳		
3 金 ☆ ラン チ デ ー	昼食	巻き寿司 ひじきの煮物 さつまいもとブロッコリーのサラダ 赤だし フルーツ	米、砂糖、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、油 砂糖 さつまいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛肉、ツナ缶 鶏もも肉、大豆、うすあげ 木綿豆腐、みそ	きゅうり、にんじん、のり にんじん、ひじき ブロッコリー えのき、たまねぎ、わかめ バナナ	酢、しょうゆ、塩 だし汁、しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★鬼さんプリン	ミルクチョコレート	牛乳 生クリーム、プリンミクス	いちご	
4 土	昼食	他人丼 グリルかぼちゃ ブロッコリーのマヨサラダ 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛肉、卵	たまねぎ、ねぎ かぼちゃ キャベツ、ブロッコリー たまねぎ、えのき、わかめ	だし汁、しょうゆ、みりん 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
6 月	昼食	ごはん 鮭の西京焼き 厚揚げの煮物 小松菜の磯和え きのこのすまし汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 砂糖	さけ、みそ 厚揚げ	たまねぎ、にんじん こまつな、もやし、にんじん、しめじ、のり たまねぎ、しめじ、えのき、ねぎ オレンジ	酒、みりん だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★おむすび	米	牛乳	味付けのり	塩
7 火	昼食	ごはん 鰯の竜田揚げ ほうれん草のソテー 大豆入りマセドアンサラダ たまごスープ フルーツ	米 米 片栗粉、油 砂糖、油 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	ぶり ツナ缶 大豆 卵	ほうれん草、たまねぎ、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、しいたけ、ねぎ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ 塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 大学芋	さつまいも、砂糖、油、黒ごま	牛乳		みりん、酒、しょうゆ、酢
8 水	昼食	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 大根の炒り煮 白菜の梅和え 豆腐の味噌汁 フルーツ	米 ごま油 油、砂糖 砂糖	鶏もも肉 豚肉 糸かつお 木綿豆腐、みそ	ねぎ だいこん、にんじん はくさい、こまつな、にんじん、うめびしお たまねぎ、なめこ みかん	塩 だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 コーンいもち	じゃがいも、片栗粉、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 チーズ	コーン	塩
9 木	昼食	★キーマカレー かぼちゃの胡麻和え ブロッコリーのマヨサラダ フルーツ	米、じゃがいも ごま、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、にんじん、ピーマン かぼちゃ ブロッコリー、キャベツ、にんじん バナナ	カレーパウ しょうゆ 塩
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ（クリーム）	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 脱脂粉乳、卵		ドライイースト、塩
10 金	昼食	ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とし きゅうりとわかめの酢の物 じゃがいもの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 じゃがいも	さば（0歳児クラスはたい） 高野豆腐、卵 みそ、うすあげ	たまねぎ、にんじん、ねぎ キャベツ、きゅうり、わかめ たまねぎ、こまつな りんご	塩 だし汁、しょうゆ、塩 酢、塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 パンケーキ	ホットケーキミックス、ケーキシロップ	牛乳 豆乳		

13月	昼食	ごはん 鰯の照り焼き 五目煮 切り干し大根のごま和え 厚揚げの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 ごま、砂糖	ぶり 大豆 厚揚げ、みそ	にんじん、ごぼう、れんこん、しいたけ ほうれん草、にんじん、切り干しだいこん たまねぎ、キャベツ みかん	しょうゆ、みりん、ケチャップ だし汁、しょうゆ、みりん 酢、塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 焼きビーフン	ビーフン、ごま油、油	牛乳 卵	たまねぎ、にんじん、ピーマン	中華だし、しょうゆ
14火 ☆名古屋名物	昼食	★きしめん ★味噌カツ ★ブロッコリーのごまサラダ フルーツ	うどん、砂糖 パン粉、小麦粉、砂糖、油 ごまドレッシング、じゃがいも	うすあげ、かまぼこ、糸かつお 鶏もも肉、みそ 卵、ちくわ	ねぎ あおのり ブロッコリー、コーン バナナ	だし汁、みりん、しょうゆ 酒、塩
	午後おやつ	牛乳 ★小倉トースト	食パン、バター	牛乳 あん		
15水	昼食	ごはん ボークチャップ ★ほうれん草のキッシュ かぼちゃサラダ 豆腐のスープ フルーツ	米 油 パイシート マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚肉 豆乳、ベーコン、卵 木綿豆腐	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン ほうれん草、たまねぎ かぼちゃ、きゅうり、にんじん キャベツ、にんじん、しめじ オレンジ	ケチャップ、しょうゆ、中華だし しょうゆ、みりん、塩 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ぶどうゼリー	砂糖	牛乳	ぶどうジュース、かんてん	
16木	昼食	ごはん 鯖の柚子みそ焼き 炒り豆腐 ★梅マヨサラダ たまねぎのすまし汁 フルーツ	米 砂糖、ごま油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、ごま	さわら、みそ 木綿豆腐、鶏ひき肉	ゆず にんじん、しいたけ、グリーンピース、ひじき れんこん、ほうれん草、うめびしお はくさい、たまねぎ、えのき、ねぎ みかん	みりん だし汁、しょうゆ、みりん だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 バターケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵		ベーキングパウダー
17金	昼食	ごはん 鮭のタルタル添え ★じゃがいものそぼろ煮 小松菜のコーンサラダ 白菜の味噌汁 フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） じゃがいも、片栗粉、砂糖、油 油、砂糖 さつまいも	さけ、卵 鶏ひき肉 みそ	たまねぎ ねぎ こまつな、キャベツ、コーン たまねぎ、はくさい バナナ	塩、パセリ粉 だし汁、みりん、しょうゆ 酢、しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★かにばん	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 脱脂粉乳		塩
18土	昼食	みそラーメン じゃが芋のごまあえ ほうれん草のツナマヨ和え フルーツ	中華めん じゃがいも、ごま、砂糖、黒ごま マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚肉、みそ ツナ缶	はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン にんじん ほうれん草、にんじん	中華だし しょうゆ しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
20月	昼食	わかめごはん 鯖の磯辺焼き 高野豆腐の煮物 白菜のツナ和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 油 砂糖 砂糖	さば（0歳児クラスはたい） 高野豆腐 ツナ缶 木綿豆腐、みそ	わかめ あおのり たまねぎ、にんじん、ねぎ はくさい、ほうれん草、にんじん たまねぎ、キャベツ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ、塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★ベーコンと小松菜のおにぎり	米、ごま	牛乳 ベーコン、糸かつお	こまつな	みりん、しょうゆ
21火	昼食	ごはん 豚肉の塩だれ炒め ちくわの磯辺揚げ ほうれん草の白和え 根菜の味噌汁 フルーツ	米 片栗粉 ごま油 砂糖、ごま	豚肉 ちくわ 木綿豆腐 みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、レモン あおのり ほうれん草、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、だいこん、ごぼう、わかめ バナナ	みりん、中華だし、塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 きなこ蒸しパン	小麦粉、砂糖、油	牛乳 豆乳、きな粉		ベーキングパウダー
22水	昼食	ごはん 鶏肉のから揚げ れんこんのじゃこ炒め 春雨サラダ ★コーンミルクスープ フルーツ	米 油、片栗粉 油、砂糖 はるさめ、砂糖、ごま油	鶏もも肉 しらす干し 豆乳、ベーコン	れんこん、ブロッコリー、にんじん もやし、きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、コーン みかん	しょうゆ、おろししょうが しょうゆ 酢、しょうゆ 中華だし 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ブルーベリーヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	ブルーベリージャム	
24金	昼食	ごはん 鮭の塩焼き キャベツのソテー ポテトサラダ もやしのスープ フルーツ	米 油、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ	キャベツ、こまつな、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、もやし、しめじ、わかめ バナナ	塩 しょうゆ 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 牛乳、卵		
25土	昼食	中華丼 厚揚げのおかか焼き ブロッコリーの塩昆布和え えのきのすまし汁 フルーツ	米、ごま油、片栗粉	豚肉 厚揚げ、糸かつお うすあげ	はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ ブロッコリー、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、えのき	しょうゆ、中華だし、塩 しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

27 月	昼食	ごはん 鮭の幽庵焼き ツナ梅パスタ ブロッコリーのたまごサラダ 油揚げの味噌汁 フルーツ	米 スパゲティ、油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ ツナ缶 卵 みそ、うすあげ	ゆず たまねぎ、えのき、にんじん、うめびしお ブロッコリー、コーン たまねぎ、だいこん、ねぎ、わかめ みかん	しょうゆ、みりん 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★キャラメルポップコーン 麩のラスク（0～2歳）	ポップコーン、油、キャラメルパウダー バター、グラニュー糖、麩	牛乳		
28 火	昼食	★三色どんぶり じゃがいものチーズ焼き キャベツの和風サラダ ★子きつねうどん フルーツ	米、ごま、油、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖 うどん	鶏ひき肉、卵 チーズ うすあげ	ほうれん草 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン ねぎ バナナ	しょうゆ しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩

☆献立は、変更になる場合があります。★印は新メニューです。

