

献立表

2024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	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
1 木	昼食	ごはん 鯖フライ 切り干し大根の卵焼き 白菜の梅和え 大根のすまし汁 フルーツ	米 パン粉、小麦粉 砂糖	さば（0歳児クラスはたい） 卵 系かつお 木綿豆腐	コーン、切り干しだいこん、ひじき はくさい、こまつな、にんじん、うめびしお だいごん、えのき、ねぎ グレープフルーツビー0・1歳児クラスはバナナ	塩 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 コーンいももち	牛乳 コーン	牛乳 チーズ	牛乳 コーン	塩
2 金 ★ ラン チ デー	昼食	巻き寿司 五目豆 ほうれん草のごま和え 赤だし フルーツ	米、砂糖、マヨドレ 砂糖 ごま、砂糖	卵、ツナ缶、魚肉ソーセージ 大豆、鶏もも肉 木綿豆腐、みそ	きゅうり、にんじん、のり にんじん、ごぼう、れんこん ほうれん草、もやし 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 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★鬼トースト	食パン、チョコペン 米、砂糖	牛乳 ホイップクリーム 牛肉、卵	いちご 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
3 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	マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）			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		
5 月	昼食	ごはん 鮭の西京焼き ★厚揚げとゆりねの煮物 ブロッコリーのナムル きのこのすまし汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 ごま油	さけ、みそ 厚揚げ	たまねぎ、ゆりね、にんじん ブロッコリー、もやし、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、しめじ、えのき、ねぎ バナナ（5歳クラスはいよかん）	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 ★ひじきパン	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳		しそひじきふりかけ
6 火	昼食	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 大根の炒り煮 ほうれん草の昆布和え なめこの味噌汁 フルーツ	米 ごま油 油、砂糖	鶏もも肉 豚肉 木綿豆腐、みそ	ねぎ だいごん、にんじん ほうれん草、もやし、にんじん、塩こんぶ 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 ♪おしよべりなまごきヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	あんずジャム	
7 水	昼食	ごはん ボークチャップ ★ほうれん草の卵焼き かぼちゃサラダ 豆腐のスープ フルーツ	米 油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚肉 卵、豆乳 木綿豆腐	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン トマト、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、もやし、にんじん 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 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 木	昼食	ごはん ★鮭のカブタルタル添え ♪おおきななバスバスタ 小松菜の磯和え たまねぎのすまし汁 フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） スパゲティ、油 砂糖	さけ、卵 ベーコン	たまねぎ、かぶの葉 かぶ、かぶの葉 こまつな、もやし、にんじん、しめじ、のり はくさい、たまねぎ、えのき、みつば みかん	塩 コンソメ、しょうゆ しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ♪ブレメンクッキー	小麦粉、砂糖、油	牛乳 豆乳		
9 金	昼食	ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐の卵とじ さつまいもブロッコリーのサラダ じゃがいもの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 さつまいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） じゃがいも	さば（0歳児クラスはたい） 卵、高野豆腐 みそ、うすあげ	たまねぎ、にんじん、ねぎ ブロッコリー たまねぎ、こまつな りんご（0～2歳児はバナナ）	塩 だし汁、しょうゆ、塩 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 ♪てぶくろパンケーキ 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	ホットケーキミックス、ケーキシロップ 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）	牛乳 豚肉、みそ ツナ缶	牛乳 野菜ジュース 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	ココアパウダー 中華だし しょうゆ しょうゆ
13 火	昼食	ごはん チキン南蛮 さつま芋のグリル 白菜の昆布和え 豆乳入りオニオンスープ フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、片栗粉、砂糖 さつま芋	鶏もも肉、卵 豆乳	たまねぎ はくさい、もやし、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、ほうれん草、コーン みかん	酢、しょうゆ、塩、パセリ粉 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★小松菜とチーズのチヂミ	小麦粉、片栗粉、ごま油	牛乳 チーズ	牛乳 チーズ	しょうゆ、中華だし、塩
14 水	昼食	ごはん ★おおかみさんのハンバーグ あおのりポテト グリーンサラダ なめこの味噌汁 フルーツ	米 片栗粉 じゃがいも ごまドレッシング	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐 みそ	たまねぎ、にんじん あおのり ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、にんじん たまねぎ、だいこん、なめこ、ねぎ、わかめ バナナ（4歳クラスはいよかん）	ケチャップ、中濃ソース、中華だし 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★ハートいっぱいブラウニー	砂糖、上新粉、油、チョコスプレー、アラザン、片栗粉	牛乳 絹豆腐、ホイップクリーム	牛乳 絹豆腐、ホイップクリーム	ココアパウダー、ベーキングパウダー
15 木	昼食	ごはん 鯉の竜田揚げ ほうれん草のソテー 大豆入りマゼドアンサラダ たまごスープ フルーツ	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 りんご（0～2歳児はバナナ）	しょうゆ、みりん しょうゆ 塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ♪かさじぞうパイ	善善きの皮、小麦粉、じゃがいも	牛乳		ミートソース

16 命	昼食	ごはん 鯖の柚子みそ焼き ★さいとものおぼろ煮 小松菜のコーンサラダ 白菜のすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも、さといも、片栗粉、砂糖、油 油、砂糖 さつまいも	さわら、みそ 鶏ひき肉	ゆず みずな こまつな、キャベツ、コーン たまねぎ、はくさい、にんじん バナナ (3歳クラスはいはかん)	みりん だし汁、みりん、しょうゆ 酢、しょうゆ だし汁、塩、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ふないちあかおにミニマフィン	チョコペン、小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 牛乳、卵		
17 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		
19 月	昼食	ごはん 鱈の照り焼き ツナポテト こまつなのお浸し 厚揚げの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも、砂糖	ぶり ツナ缶 糸かつお 厚揚げ、みそ	コーン、ピーマン もやし、こまつな、にんじん たまねぎ、キャベツ グレープフルーツ(10・1歳児クラスはバナナ)	しょうゆ、みりん、ケチャップ しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★ひるぜん焼きそば	焼きそばめん	牛乳 鶏ひき肉	キャベツ、たまねぎ、みずな、にんじん	焼きそばソース
20 火 ★世界の食卓	昼食	★インドカレー ★カチュンバル ★かぼちゃのサブジ フルーツ	米、じゃがいも 砂糖、オリーブ油	豚ひき肉、牛ひき肉、大豆、サラダビーンズ ツナ缶	たまねぎ、ホールトマト、にんじん キャベツ、きゅうり、トマト、レッドキャベツ、コーン かぼちゃ、たまねぎ バナナ	カレールー 酢、塩 ケチャップ、カレー粉、塩
	午後おやつ	★カルピスラッシー ★クラブ・ジャムン	ホットケーキミックス、砂糖、粉糖	牛乳、カルピス 豆乳		
21 水	昼食	ごはん 炒り豆腐 ツナ梅バスタ ブロッコリーのこまサラダ 中華スープ フルーツ	米 砂糖、ごま油 スパゲティ、油 ごまドレッシング、じゃがいも	木綿豆腐、鶏ひき肉 ツナ缶 卵、ちくわ 木綿豆腐	チンゲン菜、にんじん、しいたけ、ひじき たまねぎ、えのき、にんじん、うめしお ブロッコリー、コーン はくさい、にんじん、わかめ バナナ (2歳クラスはいはかん)	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵	かぼちゃ	ベーキングパウダー
22 木	昼食	ごはん 鯖の韓国風焼き ひじきの煮物 切り干し大根のごま和え 人参のスープ フルーツ	米 ごま、ごま油 砂糖 ごま、砂糖	さわら 鶏もも肉、大豆、うすあげ 木綿豆腐	のり にんじん、ひじき ほうれん草、にんじん、切り干しだいこん たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん 酢、塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★青のりしらすのボンデケーキ	上新粉、ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 豆乳、チーズ、しらす干し	コーン、あおのり	
24 土	昼食	肉みそうどん かぼちゃの焼きコロッケ きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ	うどん、砂糖、片栗粉、油 油、パン粉 砂糖	豚ひき肉、みそ 牛ひき肉	たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ かぼちゃ、たまねぎ だいこん、きゅうり、わかめ	だし汁 中華だし、塩 酢、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
26 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	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	わかめふりかけ 塩 だし汁、しょうゆ、塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★マロンケーキサレ	マロンケーキ、クワ、おろし、マロンペース (調理はマロンペース)	牛乳 牛乳、卵、チーズ	ブロッコリー、かぼちゃ	塩
27 火	昼食	ごはん 鯖のねぎマヨ焼き ちくわの磯辺揚げ キャベツの和風サラダ 根菜の味噌汁 フルーツ	米 マヨドレ ごま油 和風ドレッシング	さわら ちくわ みそ	ねぎ あおのり キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン たまねぎ、だいこん、にんじん、わかめ バナナ (1歳クラスはいはかん)	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
28 水	昼食	ごはん 鶏肉のから揚げ れんこんのじゃこ炒め マカロニサラダ コーンミルクスープ フルーツ	米 油、片栗粉 油、砂糖 マカロニ、マヨネーズ (調味料はマヨドレ使用)	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 きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、コーン、えだまめ オレンジ	しょうゆ、おろししょうが しょうゆ 塩 中華だし
	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
29 木	昼食	ごはん 豚肉の塩だれ炒め じゃがいものチーズ焼き ほうれん草の白和え 冬野菜のすまし汁 フルーツ	米 片栗粉 じゃがいも、マヨネーズ (調味料はマヨドレ使用)、砂糖 砂糖、ごま	豚肉 チーズ 木綿豆腐	キャベツ、たまねぎ、にんじん、レモン ほうれん草、にんじん、塩こんぶ はくさい、かぶ、白ねぎ、わかめ りんご (0~2歳児はバナナ)	みりん、中華だし、塩 しょうゆ だし汁、塩、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★グラタントースト	食パン、じゃがいも	牛乳 チーズ	ブロッコリー	ホワイトソース

☆献立は変更にある場合があります。★は新メニューです。
♪は発表会の演目にちなんだメニューです。

