

2025年 2月

3歳未満児献立表

甲南立正保育園

予定平均エネルギー量
 予定平均たんぱく質量
 予定平均カルシウム量
 予定平均塩分量

519kcal
 20.3 g
 281 g
 1.7 g

2月の予定

- ・ 3日（月） 節分給食
- ・ 26日（水） 誕生会

日 曜日	献立	主食	おやつ	栄養価		炭水化物・脂肪	たんぱく質	無機質・ビタミン
				エネルギー	たんぱく質	熱や力になる食品	体を作る食品	体の調子をよくする食品
10 月 24	凍り豆腐の煮物 ひじきのマリネ けんちん汁 バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	415 kcal	16.1 g	米 三温糖 オリー ブ油 里芋	牛乳 凍り豆腐 鶏 肉 卵 カニカマ 厚揚げ ヨーグルト	乾椎茸 人参 ほうれ ん草 ひじき きゅうり 大根 ごぼう 長葱 小松菜 バナナ
11 火 25	ジャーマンオムレツ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ いよかん	ごはん	大納言ケーキ 牛乳	611 kcal	18 g	米 じゃが芋 三温 糖 ゴマ油 小麦粉 バター	牛乳 卵 ベーコン	玉ねぎ ブロッコ リー きゅうり コー ン 人参 もやし え のき いよかん
12 水 26	鱈の生姜焼き 豚肉の甘辛煮 もずくのスープ バナナ	ごはん	ホバイ スパゲティー 牛乳	518 kcal	26.5 g	米 こんにゃく 三 温糖 ゴマ油 スパ ゲティー	牛乳 鱈 豚肉 ベーコン ツナ	生姜 ごぼう 人参 いんげん もずく 玉ねぎ バナナ ほ うれん草
13 木 27	キーマカレー パリパリサラダ たまごスープ いよかん	麦ごはん	蒸しパン 牛乳	546 kcal	19.1 g	米 大麦 油 三温 糖 ゴマ油 HM粉 黒砂糖	牛乳 豚肉 卵	玉ねぎ 人参 トマト 缶 大根 キャベツ もやし きゅうり 小 松菜 いよかん
14 金 28	照り焼きハンバーグ フレンチサラダ マカロニのスープ バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	512 kcal	20.4 g	米 パン粉 三温 糖 オリーブ油 マ カロニ	牛乳 豚肉 豆腐 ベーコン	玉ねぎ キャベツ きゅうり レタス サ ニーレタス 人参 バ ナナ
1 土 15	鶏肉の生姜焼き 和風サラダ レタススープ バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	384 kcal	16.1 g	米 オリーブ油 三 温糖	牛乳 鶏肉 ベーコ ン	生姜 レタス きゅう り 人参 コーン 玉 ねぎ バナナ
3 月 17	〈節分給食〉 イワシバーグ 磯部和え すまし汁 バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	415 kcal	17.2 g	米 芋 パン粉 さつま	牛乳 鰯 豆腐 ヨーグルト	玉ねぎ ほうれん草 小松菜 きゅうり 人 参 のり わかめ バナナ
4 火 18	鶏肉の西京焼き 切干大根の煮物 バナナ はんぺんのすまし汁	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	429 kcal	17.9 g	米 三温糖	牛乳 鶏肉 竹輪 はんぺん ヨーグ ルト	切干大根 人参 玉 ねぎ ほうれん草 バナナ
5 水 19	ポークケチャップ コールスローサラダ ビーフンのスープ いよかん	ごはん	おにぎり 牛乳	575 kcal	20.6 g	米 油 三温糖 オ リーブ油 ビーフン	牛乳 豚肉 ハム ウインナー	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コー ン いよかん
6 木 20	鮭のグラタン わかめサラダ ポテトスープ バナナ	ごはん	きな粉サンド 牛乳	580 kcal	23.0 g	米 油 オリーブ油 三温糖 じゃが芋 食パン マーガリン	牛乳 鮭 生クリー ム チーズ 鶏肉 きな粉	玉ねぎ しめじ レタ ス きゅうり わかめ 人参 バナナ
7 金 21	かみなり豆腐 大根サラダ ポークカレー いよかん	麦ごはん	ババロア 牛乳	530 kcal	18.7 g	米 大麦 天かす ゴマ油 オリーブ油 じゃが芋 油 バ ター 小麦粉	牛乳 豆腐 豚肉 ハム スキムミルク	人参 小葱 大根 きゅうり 玉ねぎ い よかん
8 土 22	〈さくら組リクエスト給食〉 チキン南蛮 春雨サラダ コーンスープ フルーチェ	ごはん	せんべい 牛乳	579 kcal	22.7 g	米 小麦粉 油 三 温糖 春雨 ゴマ油	牛乳 鶏肉 卵 ハ ム	きゅうり わかめ コーン イチゴ
9 日 23	鮭のカレーあんかけ 小松菜のツナ和え 麩の味噌汁 バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	476 kcal	22.9 g	米 じゃが芋 片栗 粉 三温糖 麩	牛乳 鮭 ツナ	人参 玉ねぎ 小松 菜 きゅうり コーン わかめ バナナ
10 月 24	シューマイ ブロッコリーの中華和え ラーメン バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	461 kcal	18.3 g	米 片栗粉 三温 糖 ゴマ油 シュー マイ皮 中華麺	牛乳 豚肉 魚肉 ソーセージ なんと	玉ねぎ ブロッコ リー 人参 きゅうり もやし ほうれん草 バナナ