



# 2月 給食献立表



2021年

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ディスプレイ
1	月	米飯 鮭のレモン和え ひじきの煮物 ぶた汁 カルシウムふりかけ	牛乳 バナナブレッド	ベにざけ・油揚げ・豚もも 煮干し・かつお削り節・普通牛乳 鶏卵・スキムミルク・甘みそ	米・車糖・なたね油・かたくり粉 強力粉・無塩バター	西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン にんじん・ほしひじき・大根 はくさい・りょくとうもやし ごぼう・バナナ・あおのり・塩昆布	幼児
2	火	米飯 いわしのフレーク焼き ちくわの酢の物 ほうれん草と厚揚げの味噌汁	お茶 恵方巻き	まいわし・焼き竹輪・生揚げ まぐろ缶詰・甘みそ	米・薄力粉・コーンフレーク 有塩バター・車糖・マヨネーズ パン粉	きゅうり・わかめ・ほうれん草 たまねぎ・焼きのり・にんじん	幼児
3	水	米飯 すき焼き 人参のしらす和え 卵とかんぴょうの味噌汁 みかん	牛乳 寒天入りフルーツポンチ	牛かた・ローズ・焼き豆腐 鶏卵・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 しらす干し	米・車糖・焼きふ・なたね油	はくさい・しゅんぎく・生しいだけ 根深ねぎ・えのきたけ・にんじん かんぴょう・きゅうり・バナナ みかん缶詰・パイナップル缶詰 ネクタリン・みかん・寒天・りんご	おひさま
4	木	米飯 焼き鯖の煮付け 小松菜の白和え 白菜の味噌汁 バナナ	牛乳 さつま芋の蒸しパン	まさば・木綿豆腐・油揚げ 普通牛乳・鶏卵・甘みそ	米・車糖・ごま・おつぎ さつま芋	たまねぎ・しょうが・こまつな はくさい・えのきたけ・バナナ にんじん	幼児
5	金	米飯 鶏肉の甘酢あんかけ ひじきとほうれん草の納豆和え きのこの味噌汁	牛乳 お好み焼き	鶏もも・挽きわり納豆 かつお節・甘みそ・普通牛乳 豚かた・鶏卵・しらす干し	米・車糖・なたね油・かたくり粉 薄力粉・ながいも	たまねぎ・にんじん・青ピーマン ほうれん草・ほしひじき なめこ・えのきたけ・ぶなしめじ あおのり・乾しいだけ	幼児
6	土	鶏とひじきの混ぜご飯 白菜と厚揚げの煮物 豆腐とにらの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	普通牛乳・鶏もも・油揚げ・生揚げ 木綿豆腐・甘みそ	米・車糖・ポテトチップス	生しいだけ・さやいんげん ほしひじき・はくさい・にら たまねぎ・にんじん	幼児
8	月	米飯 鮭の塩麹焼き 小松菜と焼き海苔のサラダ 豆腐となめこの味噌汁 りんご	牛乳 もちもちチーズパン	ベにざけ・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・パルメザンチーズ	米・塩麹・ごま油・白玉粉 なたね油	こまつな・りょくとうもやし 焼きのり・なめこ・たまねぎ にんじん・りんご	幼児
9	火	カレーうどん ほうれん草と人参のしらす和え レバーの甘辛和え オレンジ	牛乳 きな粉トースト	豚もも・油揚げ・しらす干し 普通牛乳・きな粉・鶏肝臓	うどん・なたね油・かたくり粉 ごま油・ごま・食パン・有塩バター 車糖	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ ほうれん草・パレンシアオレンジ	幼児
10	水	米飯 鯖の味噌煮 切り干し大根の白和え えのきとわかめのすまし汁	牛乳 フルーツポンチ	まさば・甘みそ・木綿豆腐 普通牛乳	米・車糖・ごま・焼きふ	しょうが・切干しいだけ ほうれん草・えのきたけ たまねぎ・にんじん・わかめ りんご・みかん缶詰・ネクタリン バナナ・パイナップル缶詰	なぎさ
12	金	米飯 ボークチャップ ひじきのごまサラダ 豆腐と野菜のすまし汁	牛乳 グリーンホットケーキ	豚もも・パルメザンチーズ しらす干し・木綿豆腐・普通牛乳 鶏卵・スキムミルク	米・薄力粉・じゃがいも マヨネーズ・車糖・ごま おつぎ・有塩バター メープルシロップ・なたね油	たまねぎ・にんじん・生しいだけ 青ピーマン・えのきたけ スイート・ほうれん草 きゅうり・ほしひじき	幼児
13	土	お弁当・発表会	牛乳 野菜スティック	普通牛乳	ビスケット		
15	月	米飯 さばの竜田揚げ 根菜の煮物 小松菜の味噌汁 バナナ	牛乳 チーズケーキ	まさば・豚かた・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・クリームチーズ・鶏卵 スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油 車糖・薄力粉・さといも	しょうが・大根・にんじん グリーンピース・たまねぎ ごぼう・こまつな・バナナ レモン	幼児
16	火	米飯 肉じゃが もやしときゅうりの胡麻和え 卵と切り干し大根の味噌汁	牛乳 チーズ春巻き	豚もも・鶏卵・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・プロセスチーズ	米・じゃがいも・車糖・なたね油 しゅうまいの皮・ごま	たまねぎ・にんじん・生しいだけ グリーンピース・りょくとうもやし きゅうり・切干しいだけ	幼児
17	水	米飯 鶏肉の竜田揚げ ごぼうと大豆のサラダ えのきとわかめのすまし汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	鶏もも・だいず・普通牛乳 ヨーグルト	米・かたくり粉・なたね油 焼きふ・マヨネーズ	ごぼう・にんじん・きゅうり 生わかめ・たまねぎ・えのきたけ	おひさま
18	木	炊き込みご飯 ぶりの照り焼き 切り干し大根と昆布の煮物 かきたま汁	牛乳 ふのラスク	鶏ひき肉・焼き竹輪・豚もも ぶり・鶏卵・普通牛乳・クリーム	米・なたね油・ごま油・車糖 有塩バター・焼きふ	にんじん・生しいだけ・ごぼう さやいんげん・しょうが・大根 切干しいだけ・にんじん 刻み昆布・ほうれん草 たまねぎ	幼児
19	金	かぼちゃのクリームスガティ ブロッコリーとチーズのサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ	牛乳 じゃこトースト	ベーコン・プロセスチーズ ウインナー・しらす干し パルメザンチーズ・普通牛乳	加工スガティ・無塩バター 薄力粉・なたね油・車糖・食パン マヨネーズ	西洋かぼちゃ・ほうれん草 ブロッコリー・キャベツ・にんじん グリーンピース・スイート・たまねぎ パレンシアオレンジ・あおのり	幼児
20	土	中華どんぶり 切り干し大根の煮物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ごぼうスナック	普通牛乳・豚かた・油揚げ 焼き竹輪・木綿豆腐・甘みそ	米・なたね油・かたくり粉 車糖・小麦粉あられ・ごま油	だいずもやし・生しいだけ たけのこ・切干しいだけ はくさい・にんじん・こまつな	幼児
22	月	米飯 鮭フライのタルタルソース 野菜サラダ 白菜のクリームスープ	牛乳 胡麻クッキー まるごと小魚	ベにざけ・鶏卵・普通牛乳 スキムミルク・ベーコン 片いわし	米・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・車糖・有塩バター かたくり粉・無塩バター・ごま	レタス・きゅうり・トマト えのきたけ・はくさい	幼児
24	水	赤飯 煮込みハンバーグ 彩りサラダ キャベツとウインナーのスープ オレンジ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 普通牛乳・プロセスチーズ ローズハム・ウインナー おツぎ	米・パン粉・なたね油・車糖 おツぎ・マーガリン	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー にんじん・きゅうり・キャベツ パレンシアオレンジ・いちご	なぎさ
25	木	米飯 鯖の味噌焼き 切り干し大根のサラダ 白菜の味噌汁 りんご	牛乳 バナナケーキ	さわら・淡色辛みそ・まぐろ缶詰 油揚げ・甘みそ・普通牛乳・鶏卵 おツぎ	米・車糖・ごま・マヨネーズ 薄力粉・無塩バター・ごま油	しそ・切干しいだけ・きゅうり はくさい・えのきたけ・たまねぎ にんじん・りんご・バナナ	幼児
26	金	ジョロフライス クスクスのサラダ ひよこ豆のスープ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛もも・牛ひき肉・豚ひき肉 ローズハム・ひよこめ 普通牛乳・ヨーグルト・クリーム	米・オリーブ油・加工スガティ 車糖	にんにく・たまねぎ・キャベツ トマト缶詰・トマト・きゅうり なす・赤たまねぎ・ネクタリン りんご・バナナ・みかん缶詰 パイナップル缶詰・いちご	幼児
27	土	ハヤシライス 豆腐サラダ オレンジ	牛乳 カリボテ	普通牛乳・牛もも・木綿豆腐	米・なたね油・かたくり粉・車糖 せんべい	たまねぎ・にんじん・ほうれん草 きゅうり・パレンシアオレンジ	幼児
1	月	米飯 さばのみぞれ煮 白菜としらすの酢の物 きのこの味噌汁 バナナ	牛乳 メロンパンクッキー	まさば・しらす干し・甘みそ 普通牛乳・鶏卵	米・薄力粉・なたね油・車糖 おツぎ	はくさい・にんじん・乾しいだけ えのきたけ・ぶなしめじ・たまねぎ 大根・なめこ・バナナ	幼児
2	火	米飯 鶏つくねの照り煮 ちくわの酢の物 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 マーブル蒸しパン	鶏ひき肉・木綿豆腐・焼き竹輪 生揚げ・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳・鶏卵・スキムミルク	米・パン粉・かたくり粉・なたね油 車糖・おツぎ	根深ねぎ・しょうが・にんじん 青ピーマン・きゅうり・わかめ たまねぎ・大根・ごぼう・れんこん ぶなしめじ	幼児
3	水	ちらしずし ひじきと大豆の煮物 かきたま汁 いちご	牛乳 ひなあられ	鶏卵・凍り豆腐・まぐろ缶詰 普通牛乳・だいず	米・車糖・なたね油・焼きふ ひなあられ	乾しいだけ・さやいんげん 焼きのり・たけのこ・ほしひじき たまねぎ・生しいだけ・ほうれん草 にんじん・れんこん・いちご	おひさま

※献立は都合により、変更することがあります。  
 ※延長保育のおやつは基本は市販のおやつを使用しています。