

## 2月予定および献立表

2025年1月20日

敬愛ルンビニ西中条

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 土		●クリームスパゲティ コーンサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、牛乳、ルウ、スパゲティ コーン、キャベツ、きゅうり、人参 りんご	おはぎ ●牛乳
2 日				
3 月	豆まきごっこ	●★手巻き寿司(乳児ツナ寿司) 豚汁 フルーツ ●チーズ	かにかまぼこ、卵、きゅうり、ツナ、海苔 豚肉、大根、人参、さつまいも、蒟蒻、油揚げ、ねぎ みかん チーズ	●★鬼パン ●牛乳
4 火		鯖の香味焼き 納豆和え 味噌汁 フルーツ	鯖 ほうれん草、白菜、人参、えのき、ちりめんじゃこ、納豆 玉ねぎ、油揚げ、ねぎ パイン缶	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
5 水		ゆかりご飯 ミニおでん ●★ばんさんすう 味噌汁	ゆかり 大根、人参、竹輪、厚揚げ、蒟蒻 ハム、もやし、きゅうり、人参、錦糸卵 わかめ、しめじ	●きなこ揚げパン ●牛乳
6 木		豚肉のオイスターソテー じゃことひじきのサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン さつまいも、白菜	だししゃかポテト ●牛乳
7 金	シーツ交換	ガパオ風ライス キャベツとりんごのサラダ ビーフンスープ	豚ミンチ、玉ねぎ、人参、パプリカ キャベツ、きゅうり、りんご、レーズン ビーフン、青梗菜、椎茸	●ココア蒸しパン ●牛乳
8 土		チキンライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、いんげん ブロッコリー、キャベツ、人参 わかめ、じゃがいも	ちんすこう ●牛乳
9 日				
10 月		●タンドリーチキン 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト ブロッコリー 大豆、ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 豆腐、わかめ、小松菜	きんぴらご飯 ●牛乳
11 火	建国記念日			
12 水		わかめご飯 たら唐揚げ ひじきサラダ 味噌汁	わかめ たら ツナ、ひじき、キャベツ、人参、コーン、きゅうり 油揚げ、しめじ、小松菜	●プリン クラッカー ●牛乳
13 木		豆腐ハンバーグ 胡麻和え 味噌汁	鶏ミンチ、玉ねぎ、蓮根、パン粉 小松菜、白菜、人参、かまぼこ キャベツ、油揚げ	マカロニきなこ ●牛乳
14 金		中華丼 春雨サラダ ●チーズ	豚肉、白菜、人参、いか、小松菜、干椎茸 かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、春雨 チーズ	大学芋 ●牛乳
15 土		豚丼 酢の物 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、ねぎ ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、大根 豆腐、油揚げ、ほうれん草	●★チーズホットケーキ ●牛乳

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
16 日				
17 月		鶏肉のマーマレード焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉、マーマレード キャベツ、ゆかり ひじき、大豆、人参、しらたき、竹輪、いんげん もやし、しめじ	●マシュマロおこし ●牛乳
18 火		豚肉のしぐれ煮 ●★マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ハム、マカロニ、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ キャベツ、油揚げ	フルーツゼリー ●ココナッツサブレ ●牛乳
19 水		鮭の西京焼き ポン酢和え ふぶき汁	鮭 小松菜、白菜、人参、竹輪 鶏肉、大根、人参、蒟蒻、ごぼう、豆腐、ねぎ	おからナゲット ●牛乳
20 木	お誕生会	チキンカレー キャベツとパインのサラダ ●チーズ	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン チーズ	●★パースディケーキ ●牛乳
21 金	シーツ交換	豚肉とキャベツの味噌炒め 中華サラダ わかめスープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン ブロッコリー、きゅうり、コーン 大根、わかめ	炊き込みご飯 ●牛乳
22 土		照り焼きハンバーグ コールスローサラダ 味噌汁	合挽きミンチ、豆腐、玉ねぎ、パン粉 キャベツ、人参、コーン、きゅうり わかめ、しめじ	●★スイートポテト ●牛乳
23 日				
24 月	天皇誕生日			
25 火	避難訓練	鶏肉のごま風味焼き おほか和え 味噌汁 フルーツ	鶏肉 ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ 玉ねぎ、豆腐、ねぎ 黄桃缶	●シナモントースト ●牛乳
26 水	中穂積誕生会 (りす組)	豚肉の生姜焼き ●★中華風酢の物 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、もやし、きゅうり、人参 キャベツ、油揚げ、えのき	●フルーツヨーグルト ●★バームクーヘン
27 木		鯛のから揚げオニオンソース ツナサラダ サンラータン	鯛、玉ねぎ ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 豚肉、白菜、人参、干椎茸、春雨	黒糖蒸しパン ●牛乳
28 金		●★パン フルーツ ●冬野菜シチュー じゃこサラダ	パン りんご 鶏肉、玉ねぎ、人参、白菜、さつまいも、ブロッコリー、牛乳、ルウ ちりめんじゃこ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン	夕焼けおにぎり ●牛乳

- ・献立内容は、仕入れ状況等により変更する場合があります。
- ・アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ・乳児は朝おやつとして、せんべい、クッキーなどを提供しています。
- ・マヨドレは特定原材料8品目不使用のものを使用しております。

### 今月の一人当たりの栄養素

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	mg	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)
基準	520	19.5	14	200	2	0.2	0.25	20	3.6	1.5
平均	536	19	15.3	236	2.1	0.4	0.37	20	3.8	1.4