



# 2月献立表



令和6年 浦和いろは保育園

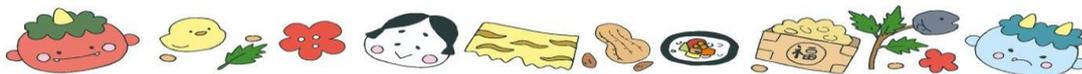
日	曜	献立名	主な材料	午前のおやつ (乳児)	3時のおやつ	栄養価
1	木	豚丼 ほうれん草のポン酢和え 豆腐のみそ汁 りんご	米、豚肉、玉ねぎ、グリーンピース、しょうゆ、みりん、砂糖、ほうれん草、にんじん、コーン、ポン酢、豆腐、油揚げ、ねぎ、だし汁、みそ、りんご缶、小麦粉、片栗粉、ニラ、しらす、ごま、ごま油、チーズ、酢、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	チヂミ 牛乳	エネルギー512kcal 蛋白22.7g 脂質14.9g 炭水化物73.3g 食塩2.0g
2	金	★行事食(節分)★ 五目巻き いなり寿司 ひじき煮 のっぺい汁 フルーツ(みかん) 	米、のり、れんこん、にんじん、しいたけ、卵、かんぴょう、ほうれん草、桜でんぶ、鶏ひき肉、油揚げ、酢、砂糖、しょうゆ、ひじき、大豆、里芋、大根、ねぎ、だし汁、豆腐、みかん、卵ボーロ、いちごゼリー、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	卵ボーロ いちごゼリー 牛乳	エネルギー483kcal 蛋白15.7g 脂質11.9g 炭水化物79.6g 食塩3.1g
3	土	肉うどん インゲンのごま和え フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、いんげん、にんじん、白ごま、砂糖、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー396kcal 蛋白14.1g 脂質11.4g 炭水化物57.7g 食塩1.8g
5	月	ごはん ぶりの甘酢あんかけ ほうれの草のごま和え 根菜のみそ汁 白桃	米、ぶり、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉、ほうれん草、にんじん、ちくわ、白ごま、大根、ねぎ、だし汁、みそ、白桃缶、小豆、米粉、サラダ油、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	小豆と米粉のクッキー 牛乳	エネルギー525kcal 蛋白19.2g 脂質16.6g 炭水化物74.3g 食塩1.9g
6	火	ごはん 肉じゃが 白菜の和え物 豆腐とわかめのすまし汁 パインナップル	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、だし汁、白菜、カニカマ、とうふ、わかめ、ねぎ、パインナップル缶、うどん、キャベツ、焼きそばソース、サラダ油、青のり、かつお節、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	焼うどん 麦茶	エネルギー449kcal 蛋白17.6g 脂質8.1g 炭水化物77.4g 食塩2.3g
7	水	チャーハン 焼き餃子 チンゲン菜のナムル わかめスープ フルーツ(オレンジ)	米、挽き肉、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、にんじん、豚挽き肉、餃子の皮、小麦粉、ニラ、しょうが、チンゲン菜、もやし、白ごま、ごま油、わかめ、竹の子、鶏がらスープの素、オレンジ、黒ゴマペースト、卵、牛乳、ゼラチン、砂糖	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	黒ゴマぶりん 麦茶	エネルギー544kcal 蛋白16.0g 脂質18.8g 炭水化物78.8g 食塩1.8g
8	木	パン 牛肉コロケ カリフラワーのサラダ コーンスープ フルーツヨーグルト	パン、牛肉、じゃがいも、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、とんかつソース、カリフラワー、枝豆、にんじん、卵不使用マヨネーズ、コーン、キャベツ、玉ねぎ、コンソメ、プレーンヨーグルト、りんご缶、砂糖、米、ケチャップ、ピーマン、赤ピーマン、黄色ピーマン、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ライスピザ 麦茶	エネルギー657kcal 蛋白19.7g 脂質21.5g 炭水化物95.6g 食塩2.7g
9	金	ごはん 鶏のから揚げ 春雨サラダ 卵スープ 白桃	米、鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、卵、小麦粉、サラダ油、春雨、きゅうり、にんじん、コーン、卵不使用マヨネーズ、しいたけ、ねぎ、鶏がらスープの素、白桃缶、メープル、小麦粉、砂糖	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	メープルケーキ 牛乳	エネルギー639kcal 蛋白16.2g 脂質24.2g 炭水化物88.6g 食塩1.6g
10	土	きつねうどん ブロッコリーのおかか和え フルーツ(バナナ)	うどん、油揚げ、わかめ、ほうれん草、にんじん、ブロッコリー、かつお節、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー395kcal 蛋白13.6g 脂質14.5g 炭水化物52.7g 食塩3.0g



## 2024年の恵方は東北東

恵方(吉方)には歳徳神という神様がいますとされています。歳徳神という神様はその年の福德を司る神様と言われ縁起の良い神様です。

恵方巻は願い事をしながら黙って食べると願い事が叶うとされています。



13	火	味噌煮込みうどん キャベツの塩昆布和え フルーツヨーグルト	うどん、豚肉、玉ねぎ、にんじん、小松菜、しめじ、白菜、油揚げ、追いがつおつゆ、しょうゆ、みそ、だし汁、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、黄色ピーマン、塩昆布、プレーンヨーグルト、黄桃缶、砂糖、米、ひじき、大豆、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(ひじき) チーズ 麦茶	エネルギー475kcal 蛋白23.4g 脂質15.9g 炭水化物59.8g 食塩2.6g
14	水	ごはん トマト煮込みハンバーグ かぼちゃサラダ コンソメスープ りんご	米、鶏ひき肉、豚挽き肉、玉ねぎ、小麦粉、トマト缶、トマトケチャップ、かぼちゃ、枝豆、卵不使用マヨネーズ、キャベツ、にんじん、じゃがいも、ほうれん草、コンソメ、りんご缶、ホットケーキミックス、砂糖、卵、牛乳、サラダ油、生クリーム、いちご、いちごジャム、ココアパウダー	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ココアケーキ 牛乳	エネルギー595kcal 蛋白16.4g 脂質14.8g 炭水化物97.4g 食塩1.9g
15	木	マーボー豆腐丼 ブロッコリーの中華和え ワンタンスープ みかん	米、豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、鶏がらスープの素、しょうゆ、砂糖、みそ、ごま油、片栗粉、ブロッコリー、卵、ワンタンの皮、しいたけ、みかん缶、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	プリン 牛乳	エネルギー549kcal 蛋白16.5g 脂質12.2g 炭水化物94.8g 食塩2.2g
16	金	チキンカレー 白菜のサラダ フルーツ(オレンジ)	米、鶏肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、カレールウ、サラダ油、白菜、卵不使用マヨネーズ、しょうゆ、オレンジ、ポップコーン、にぼし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ポップコーン いりこ 牛乳 (01歳児：卵ボーロ)	エネルギー467kcal 蛋白19.1g 脂質16.1g 炭水化物61.8g 食塩2.2g
17	土	コーンラーメン ほうれん草の和え物 フルーツ(バナナ)	中華麺、豚肉、玉ねぎ、にんじん、コーン、わかめ、鶏がらスープの素、ほうれん草、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー396kcal 蛋白14.1g 脂質11.7g 炭水化物58.1g 食塩1.3g
19	月	★げんきこんだて★ 鶏ごぼうの混ぜご飯 かぼちゃコロッケ 3色サラダ 豆乳みそ汁 	米、鶏ひき肉、ごぼう、にんじん、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、みりん、だし汁、かぼちゃ、玉ねぎ、小麦粉、卵、パン粉、ブロッコリー、カリフラワー、卵不使用マヨネーズ、ほうれん草、油揚げ、しめじ、みそ、豆乳、みかん缶、豚肉、大根、にんじん、豆腐、ねぎ、キャベツ、白菜、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	炊き出し(豚汁) 麦茶	エネルギー461kcal 蛋白12.3g 脂質16.6g 炭水化物67.2g 食塩1.9g
20	火	ごはん 豚肉の旨塩炒め 大豆サラダ じゃがいものみそ汁 フルーツヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、鶏がらスープの素、大豆、チーズ、きゅうり、コーン、卵不使用マヨネーズ、しょうゆ、じゃがいも、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ、プレーンヨーグルト、りんご缶、砂糖、食パン、バター、きな粉、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	きな粉シュガーラスク 牛乳	エネルギー508kcal 蛋白18.4g 脂質18.3g 炭水化物68.5g 食塩1.6g
21	水	ごはん さんまの生姜煮 里芋煮 白菜のみそ汁 白桃	米、さんま、生姜、しょうゆ、砂糖、みりん、里芋、グリーンピース、追いがつおつゆ、白菜、にんじん、豆腐、白桃缶、フルーチェ(いちご)、いちご、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	フルーチェ(いちご) 麦茶	エネルギー437kcal 蛋白12.6g 脂質11.5g 炭水化物71.0g 食塩1.8g
22	木	パン メンチカツ ハムポテト ミネストローネ みかん	パン、豚挽き肉、玉ねぎ、小麦粉、卵、パン粉、サラダ油、とんかつソース、ハム、じゃがいも、ブロッコリー、カレー粉、キャベツ、コーン、マカロニ、にんじん、じゃがいも、ベーコン、トマト缶、トマトケチャップ、コンソメ、みかん缶、米、サケフレーク、わかめ、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おにぎり(鮭わかめ) チーズ 麦茶	エネルギー570kcal 蛋白16.9g 脂質15.9g 炭水化物89.0g 食塩3.0g
24	土	肉うどん ブロッコリーのおかか和え フルーツ(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、ねぎ、追いがつおつゆ、ブロッコリー、かつお節、しょうゆ、バナナ、おかし、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	おかし 牛乳	エネルギー389kcal 蛋白13.2g 脂質13.8g 炭水化物53.1g 食塩3.0g
26	月	ごはん さばの味噌煮 かぼちゃ煮 白菜のすまし汁 みかん	米、さば、みそ、みりん、砂糖、かぼちゃ、追いがつおつゆ、しょうゆ、白菜、ちくわ、ねぎ、だし汁、みかん缶、食パン、いちごジャム、チーズ、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	ジャム&チーズサンド 牛乳	エネルギー600kcal 蛋白20.4g 脂質18.2g 炭水化物88.0g 食塩2.3g
27	火	ポークカレー カリフラワーのツナサラダ バナナヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、サラダ油、カリフラワー、ツナフレーク、卵不使用マヨネーズ、プレーンヨーグルト、バナナ、砂糖、ホットケーキミックス、チーズ、卵、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	チーズケーキ 牛乳	エネルギー469kcal 蛋白17.9g 脂質11.2g 炭水化物74.7g 食塩2.6g
28	水	お野菜たっぷりスパゲッティ キャベツの和風マヨサラダ コンソメスープ フルーツ(オレンジ)	スパゲッティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん、なす、ズッキーニ、赤ピーマン、黄色ピーマン、トマト、トマト、キャベツ、きゅうり、卵不使用マヨネーズ、しょうゆ、大根、しめじ、じゃがいも、コンソメ、オレンジ、米、みそ、みりん、片栗粉、砂糖、白ごま、チーズ、麦茶	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	五平餅 チーズ 麦茶	エネルギー434kcal 蛋白16.5g 脂質12.4g 炭水化物62.7g 食塩2.2g
29	木	ごはん 照り焼きチキン チンゲン菜のナムル 春雨スープ 白桃	米、鶏肉、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、チンゲン菜、もやし、にんじん、ごま油、しょうゆ、春雨、玉ねぎ、ねぎ、鶏がらスープの素、白桃缶、マカロニ、きな粉、砂糖、牛乳	(乳児のみ) 牛乳 おやつ	マカロニきな粉 牛乳	エネルギー589kcal 蛋白15.7g 脂質13.0g 炭水化物102.7g 食塩2.4g

仕入れの都合により献立が多少変化することがございます。ご了承ください。

給食時とおやつ時は水分補給として麦茶を提供しています。

乳児では提供していない食材もあります。担任の先生にご確認ください。