



# 2月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2023年

日	曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー
1	水	彩り野菜の玉子丼 南瓜のいとこ煮 かぶの浅漬け リンゴ	鶏肉・卵・焼きのり ゆで小豆	米・砂糖・油・片栗粉	玉葱・ねぎ・赤パプリカ 黄パプリカ・椎茸/南瓜/かぶ りんご	醤油・みりん・だし・塩	463
2	木	鶏肉のごまレモン煮 コールスロー ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 キャンディチーズ	鶏肉/油揚げ・みそ キャンディチーズ	片栗粉・油・いりごま・砂糖 米	レモン/キャベツ・胡瓜・コーン 白菜	みりん・醤油 手作りドレッシング・だし	557
3	金	自分でまきまき! 恵方巻 もやしとピーマンのそぼろ炒め けんちん汁 節分豆	厚焼きたまご・カニカマ 焼きのり/鶏肉・木綿豆腐 節分豆	米・砂糖/油/里芋・ごま油	胡瓜/もやし・ピーマン/大根 人参・ごぼう・ねぎ・椎茸	酢・塩・醤油・みりん・だし	467
6	月	メンチカツ 磯煮 ごはん 麩と玉葱のみそ汁 プチゼリー	メンチカツ/ひじき・油揚げ みそ/プチゼリー	油/砂糖/米/麩	人参・インゲン/玉葱	醤油・みりん・だし	491
7	火	白身魚のカレー竜田揚げ 三色野菜のおかか和え ごはん さつま芋と若布のみそ汁 オレンジ	白身魚/花かつお/わかめ みそ	片栗粉・油/米/さつま芋	しょうが/青菜・もやし 赤パプリカ/オレンジ	醤油・みりん・純カレー だし	402
8	水	発芽玄米ごはん 車麩の角煮風 小松菜と油揚げの煮浸し おこし汁 いちご	米・発芽玄米/車麩・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖・だし 小松菜・キャベツ・油揚げ・椎茸・醤油・砂糖・みりん・だし ゆで小豆・大根・里芋・ごぼう・人参・糸蒟蒻・みそ・だし/いちご				390
9	木	鶏の磯辺焼き キャベツとマカロニののりマヨ和え ごはん もやしと若布のみそ汁 パイン缶	鶏肉・あおのり粉 のりの佃煮/わかめ・みそ	片栗粉・油/マカロニ/米	キャベツ・コーン・胡瓜・人参 もやし/パイン缶	塩・こしょう・マヨネーズ・だし	484
10	金	バターロールパン ポトフ ツナと白菜のフレンチサラダ キャンディチーズ	鶏肉・ウインナー/ツナ缶 キャンディチーズ	ロールパン/じゃが芋・油	玉葱・人参・コーン・パセリ粉 白菜・黄パプリカ	コンソメ 7大アルゲン不使用 フレンチドレッシング	383
13	月	名古屋名物あんかけスパゲティ (ウインナーと炒め野菜のせ) 三色野菜のお浸し コンソメスープ 黄桃缶	ウインナー/花かつお わかめ	スパゲティ・油・砂糖 片栗粉	玉葱・ピーマン・マッシュルーム キャベツ・青菜・人参/黄桃缶	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・コンソメ・醤油	324
14	火	ハートのミートコロッケ(乳・卵不使用) 春雨サラダ ごはん 青菜とえのきのみそ汁 プリンアラモード	ハートのミートコロッケ/ツナ缶 みそ/プリン ホイップクリーム	油/春雨/米	胡瓜・人参・コーン/青菜 えのき/みかん缶/パイン缶	ケチャップ・ソース・マヨネーズ だし	602
15	水	鶏の米粉揚げ 白菜と厚揚げの炒め煮 ごはん かきたま汁 食べる小魚(ごま含む)	鶏肉/厚揚げ/卵 食べる小魚	米粉・油/砂糖/米/片栗粉	しょうが/白菜・人参・しめじ 三つ葉	醤油・みりん・だし	591
16	木	発芽玄米ごはん 大豆ミートの焼き肉風 しらすとめかぶ納豆 具だくさんのみそ汁 リンゴ	米・発芽玄米/大豆ミート・玉葱・人参・ピーマン・油・しょうが・にんにく・醤油・みりん・砂糖 納豆・しらす干し・めかぶわかめ・いりごま・醤油 わかめ・大根・木綿豆腐・ねぎ・みそ・だし/りんご				413
17	金	チキンカレー ビーンズサラダ 牛乳	鶏肉/mixビーンズ/牛乳	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参/キャベツ・レタス 胡瓜・コーン	7大アルゲン不使用 ゴマドレッシング	550
21	火	赤魚の付け焼き ブロックリーのお浸し 大根の白煮 ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 いよかん	赤魚/油揚げ・みそ	油/米	ブロックリー・人参/大根/白菜 いよかん	醤油・みりん・だし	377
22	水	麻婆飯 揚げ餃子 華風和え リンゴ	豚肉・木綿豆腐/餃子	米・砂糖・ごま油・片栗粉 油/春雨・いりごま	玉葱・椎茸・ねぎ・しょうが にんにく/胡瓜・人参・椎茸 りんご	醤油・みりん・中華味	569
24	金	アジの柚庵焼き 花かまぼこ 金平牛蒡 ごはん 若布と油揚げのみそ汁 パイン缶	アジ/花かまぼこ/わかめ 油揚げ・みそ	油/いりごま・砂糖・ごま油 米	ゆず/ごぼう・糸蒟蒻・人参 ピーマン/パイン缶	醤油・みりん・だし	446
27	月	チキンカツのトマトソース 菜の花と白菜のしらす炒め ごはん ちぎって入れてね!のりのみそ汁 いよかん	チキンカツ/しらす干し 焼きのり・みそ	油/米	トマト・玉葱・しょうが・にんにく 菜の花・白菜・青菜/いよかん	ケチャップ・コンソメ・醤油 みりん・だし	514
28	火	タラのクリーム煮 蓮根チップス ごはん 具沢山のみそ汁 ホイップon黒豆マフィン	タラ・牛乳/油揚げ・みそ 黒豆・ホイップクリーム	油・米粉/米/里芋 ケーキミックス	玉葱・青菜・しめじ/蓮根/大根 人参・ごぼう	塩・だし	562

材料等の都合により献立を変更することがございます。

一日平均給与量 エネルギー:477kcal 脂質:15.1g たんぱく質:14.5g 炭水化物:72.7g 食塩相当量:1.5g