



2月 給食予定献立表(新高山めぐみ幼稚園)



2024年



日 曜	献 立	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 木	唐揚げ丼 磯煮 大根とわかめのみそ汁 りんご	鶏肉/ひじき・油揚げ わかめ・みそ	米・片栗粉・油・砂糖	しょうが・にんにく・キャベツ 玉葱/人参・インゲン/大根 りんご	醤油・みりん・塩・こしょう マヨドレ・だし	538
2 金	ちらし寿司 牛肉コロッケ(乳・卵不使用) 具沢山の豚汁 節分豆	ツナ缶・でんぶ 焼きのり・みそ/白身魚 牛肉コロッケ/豚肉 木綿豆腐・みそ/節分豆	米・砂糖/油/里芋	胡瓜・コーン・人参 たけのこ・椎茸・蓮根 かんぴょう/大根・しめじ ごぼう・ねぎ	酢・塩・醤油 みりん かつお節エキス だし	491
5 月	豚肉の生姜炒め 切干大根の煮付け ごはん 麩とキャベツのみそ汁 プチゼリー	豚肉/油揚げ/みそ プチゼリー	油・砂糖/米/麩	しょうが・玉葱・人参・ピーマン 切干大根・コーン・グリーンピース キャベツ	醤油・みりん・だし	465
6 火	ちぎって入れてね!のりのみそ汁 白身魚の磯辺焼き 拌三絲 ごはん いよかん	焼きのり・みそ/白身魚 あおのり粉	片栗粉・油/春雨・砂糖 ごま油/米	えのき/胡瓜・人参・木耳 いよかん	だし・醤油・酢	396
7 水	ごぼう入りつくね 三色ナムル ごはん 若布と貝割れのスープ りんご	鶏肉/わかめ	パン粉・片栗粉・油・砂糖 白ごま・ごま油/米	ごぼう・玉葱/もやし・青菜・人参 貝割れ/りんご	塩・こしょう・醤油・みりん コンソメ	492
8 木	お野菜たっぷりソース焼きそば 揚げ餃子 かにかまと豆腐入り中華スープ 食べる小魚(ごま含む)	豚肉/餃子/カニカマ 木綿豆腐/食べる小魚	焼きそば・油	もやし・キャベツ・玉葱・人参 ピーマン・木耳/ねぎ・椎茸	ソース・中華味	520
9 金	カレーライス チキンナゲット コールスロー パイナップル	豚肉/チキンナゲット	米・油・じゃが芋 カレールー	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/パイナップル	7大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング	601
13 火	ハンバーグのトマトソース煮 コーンとインゲンのスパソテー ごはん 白菜と若布のみそ汁 キャンディチーズ	ハンバーグ/わかめ みそ キャンディチーズ	油/スパゲティ/米	玉葱・しめじ・トマト水煮/コーン インゲン/白菜	ケチャップ・ソース・塩 こしょう・コンソメ だし	554
14 水	ハートコロッケのセシチューonライス ブロッコリーとコーンのサラダ ストロベリーケーキ	ハートのミートコロッケ/豚肉 牛乳	米・油・じゃが芋 シチュールー ケーキックス いちごジャム	玉葱・人参/ブロッコリー・コーン	7大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング	618
15 木	発芽玄米ごはん 厚揚げステーキ(ニラもやしソース) ごま昆布納豆 具沢山の豚汁 りんご	米・発芽玄米/厚揚げ・油・にら・もやし・人参・木耳・醤油・みりん・だし・片栗粉・ごま油 ごま昆布・納豆・ねぎ・醤油 油揚げ・里芋・大根・ごぼう・ねぎ・わかめ・みそ・だし/りんご				496
16 金	バターロールパン ハムポテト 野菜炒め 牛乳 オレンジ	ハムポテトフライ/牛乳	ロールパン/油	キャベツ・人参・ピーマン オレンジ	塩・こしょう	402
20 火	冬野菜たっぷりみそうどん メンチカツ おかかブロッコリー プチゼリー	豚肉・みそ/メンチカツ 花かつお/プチゼリー	うどん・里芋・ごま油/油	キャベツ・大根・蓮根・人参 椎茸/ブロッコリー	醤油・みりん・だし	368
21 水	赤魚の竜田揚げ 肉もやし炒め ごはん 厚揚げと豆苗のみそ汁 黄桃缶	赤魚/豚肉/厚揚げ・みそ	片栗粉・油/米	しょうが/もやし・赤パプリカ 黄パプリカ/豆苗/黄桃缶	醤油・みりん・塩・こしょう だし	460
22 木	ぶり大根 春雨サラダ ごはん 青菜と油揚げのみそ汁 食べる小魚(ごま含む)	ぶり/油揚げ・みそ 食べる小魚	砂糖/春雨/米	大根・インゲン・しょうが/胡瓜 人参・コーン/青菜	醤油・マヨドレ・だし	468
26 月	パンキンコロッケ(乳・卵不使用) 具沢山のマカロニサラダ ごはん 切干大根と油揚げのみそ汁 キャンディチーズ	南瓜コロッケ/ツナ缶 油揚げ・みそ キャンディチーズ	油/マカロニ/米	キャベツ・胡瓜・人参・コーン 切干大根	ケチャップ・マヨドレ・だし	518
27 火	鶏のネギソース 白菜と青菜の炒め煮 ごはん さつま芋と若布のみそ汁 パイン缶	鶏肉/油揚げ/わかめ みそ	片栗粉・油・砂糖/米 さつま芋	しょうが・ねぎ/白菜・青菜・人参 パイン缶	醤油・みりん・塩・こしょう だし	585
28 水	豚肉のみそダレ焼き 菜の花の白和え ごはん かきたま汁 オレンジ	豚肉・みそ 木綿豆腐・みそ 卵	油・砂糖/すりごま 米/片栗粉	玉葱・ピーマン・しょうが 菜の花・人参・こんにやく・木耳 ねぎ/オレンジ	醤油・みりん・だし	481
29 木	チキンライス エビフライ キャベツサラダ ABCスープ ホイップonバナナケーキ	鶏肉/エビフライ ホイップクリーム	米・油/マカロニ ケーキックス	玉葱・人参・コーン グリーンピース/キャベツ 胡瓜・赤パプリカ えのき/バナナ	ケチャップ・塩 こしょう・マヨドレ コンソメ	554

※「マヨドレ」は卵を使用しない、マヨネーズ風ドレッシングを使用しています。

一日平均給与量 エネルギー:439kcal 脂質:16.6g たんぱく質:15.0g 炭水化物:74.5g 食塩相当量:1.5g