



いちご保育園献立表 2025年2月



日付	献立名	材料名 ◎バナナ 給午前おやつ、◎全員午後おやつ			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	ケチャップライス、野菜スープ、ゆでブロッコリー、果物	七分つき米、油、さつまいも	◎牛乳、◎ヨーグルト(加糖)、牛乳、鶏ひき肉、バター、◎牛乳	たまねぎ、果物、クリームコーン缶、ブロッコリー、にんじん、ミックスペジタブル	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎ビスケット、◎ヨーグルト
03 月	節分豆ごはん、みそ汁(大根・あげ)、ぶりの照り焼き、ほうれん草のおかかごま和え、りんご	米、◎七分つき米、油、ごま、砂糖 	◎牛乳、ぶり、だいたす水、煮缶詰、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、◎かつお節、かつお節、◎牛乳	りんご、もやし、ほうれんそう、だいこん、にんじん、◎にんじん、◎みかん缶、ひじき、カットわかめ、しょうが、◎あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎オニギリ
04 火	御飯、みそ汁(チンゲン菜・えのき)、さわらと人参の煮物、ポテトサラダ、バナナ	七分つき米、じゃがいも、◎コッペパン、油、砂糖	◎牛乳、さわら、米みそ(淡色辛みそ)、ハム、◎牛乳	バナナ、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ、たまねぎ、コーン缶、えのきたけ、◎みかん缶、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎ミルクコッペ
05 水	御飯、すまし汁(さといも・わかめ)、松風焼き・豆腐いり(ごま)、切干大根のサラダ(しらす干し)、みかん缶	◎さつまいも、七分つき米、さといも、◎油、片栗粉、油、◎水あめ、◎砂糖、砂糖、ごま、◎ごま	◎牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、しらす干し、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	みかん缶、はくさい、たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、カットわかめ、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎大学芋
06 木	御飯、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、かじきの竜田揚げ、白和え(ほうれん草・にんじん・ごま)、りんご	七分つき米、◎フランスパン、油、片栗粉、ごま、砂糖	◎牛乳、かじき、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	りんご、ほうれんそう、かぼちゃ、なす、にんじん、◎いちごジャム、ねぎ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎いちごスティック
07 金	御飯、わかめスープ(もやし・いも)、厚揚げのケチャップ煮、ゆでブロッコリー、パイン缶	七分つき米、◎七分つき米、さつまいも、油、片栗粉、◎ごま油	◎牛乳、生揚げ、豚肉(肩ロース)、◎しらす干し、◎かつお節、◎牛乳	パイン缶、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、にんじん、コーン缶、ねぎ、◎ねぎ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎おにぎり(しらす・ねぎ)
08 土	スチコン焼きそば、わかめスープ、ゆでブロッコリー、くだもの	焼きそばめん、ごま油	◎牛乳、◎ヨーグルト(加糖)、豚肉(肩)、◎牛乳	キャベツ、果物、ブロッコリー、コーン缶、ピーマン、にんじん、カットわかめ、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎ヨーグルト、◎ビスケット、◎せんべい
10 月	ハリハリわかめ御飯、ミートボールのカレーシチュー、キャベツのおかか和え、フルーチェ	七分つき米、じゃがいも、◎砂糖、片栗粉、油、◎マカロニ	◎牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、◎きな粉、かつお節、◎牛乳、フルーチェ(いちご)、	みかん缶、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、切り干しだいこん、にんにく	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎マカロニきな粉
12 水	さけとひじきの混ぜごはん、豆腐旨煮(キャベツ)、ペイクド里芋(青のり)、りんご	七分つき米、さといも(冷凍)、◎砂糖、◎黒砂糖、片栗粉、油、ごま油	◎牛乳、絹ごし豆腐、さけ、鶏もも肉、◎ゼラチン、◎牛乳	りんご、キャベツ、◎かぼちゃ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、ひじき、刻みこんぶ、にんにく、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎かぼちゃプリン(卵なし)
13 木	パン・ロールパン、冬野菜のシチュー、白菜とハムのサラダ、バナナ	ロールパン、◎米、フレンチドレッシング(分離型)、米粉、油	◎牛乳、鶏もも肉、豆乳、ハム、◎ベーコン、◎バター、◎牛乳	バナナ、はくさい、たまねぎ、かぶ、にんじん、コーン缶、こまつな、クリームコーン缶、ごぼう、◎切り干しだいこん	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎切干し大根おにぎり
14 金	御飯、すまし汁(じゃが芋・ねぎ)、さばと玉ねぎのみそ煮、キャベツのごま和え、オレンジ	七分つき米、◎ホットケーキ粉、じゃがいも、◎油、◎砂糖、ごま、砂糖	◎牛乳、さば、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、◎牛乳	オレンジ、たまねぎ、◎バナナ、キャベツ、こまつな、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうが 牛乳 クマクマフィン 	◎麦茶◎牛乳◎乳児室午前おやつ



食材を確認し、未食のものがある場合はその日までに食べておくようにしましょう。



行事や食材の都合により内容を変更する場合があります。その際は、掲示板でご案内させていただきます。



いちご保育園献立表 2025年2月



日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17月	ひじきごはん、みそ汁（大根・あげ）、ぶりの照り焼き、ほうれん草のおかかごま和え、りんご	米、〇七分つき米、油、ごま、砂糖	〇牛乳、ぶり、だいず水煮缶詰、油揚げ、米みそ（淡色辛みそ）、〇かつお節、かつお節、〇牛乳	りんご、もやし、ほうれんそう、だいこん、にんじん、〇にんじん、ひじき、カットわかめ、しょうが、〇あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇おにぎり
18火	御飯、みそ汁（チンゲン菜・えのき）、さわらと人参の煮物、ポテトサラダ、バナナ	七分つき米、じゃがいも、〇食パン、〇マヨドレ、油、砂糖	〇牛乳、さわら、米みそ（淡色辛みそ）、ハム、◎牛乳、	バナナ、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ、たまねぎ、コーン缶、えのきたけ、しょうが〇あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇じゃこトースト
19水	御飯、すまし汁（さといも・わかめ）、松風焼き・豆腐いり（ごま）、切干大根のサラダ（しらす干し）、みかん缶	〇さつまいも、七分つき米、さといも、〇油、片栗粉、油、〇水あめ、〇砂糖、砂糖、ごま、〇ごま	〇牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、しらす干し、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	みかん缶、はくさい、たまねぎ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、カットわかめ、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇大学芋
20木	御飯、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、かじきの竜田揚げ、白和え（ほうれん草・にんじん・ごま）、りんご	七分つき米、〇フランスパン、油、片栗粉、ごま、砂糖	〇牛乳、かじき、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	りんご、ほうれんそう、かぼちゃ、なす、にんじん、〇いちごジャム、ねぎ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇いちごスティック
21金	御飯、わかめスープ（もやし・いも）、厚揚げのケチャップ煮、ゆでブロッコリー、パイン缶	七分つき米、〇七分つき米、さつまいも、油、片栗粉、〇ごま油	〇牛乳、生揚げ、豚肉（肩ロース）、〇しらす干し、〇かつお節、◎牛乳	パイン缶、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、にんじん、コーン缶、ねぎ、〇ねぎ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇おにぎり（しらす・ねぎ）
22土	チャーハン、野菜スープ、ゆでブロッコリー、果物	七分つき米、油	〇牛乳、〇ヨーグルト（加糖）、豆乳、豚ひき肉、◎牛乳	果物、ミックスベジタブル（冷凍）、ブロッコリー、大根、クリームコーン	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇ヨーグルト、〇ビスケット、〇せんべい
24月	ハリハリわかめ御飯、ミートボールのカレーシチュー、キャベツのおかか和え、みかん缶	七分つき米、じゃがいも、〇砂糖、片栗粉、油〇マカロニ	〇牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、〇きな粉、かつお節、◎牛乳	みかん缶、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、切り干しだいこん、にんにく	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇マカロニきな粉
25火	御飯、豆腐みそ汁（あげ）、鮭の塩焼き、かぼちゃの甘煮（いんげん）、パイン缶	米、砂糖〇フランスパン、〇ピーナツクリーム、〇ミルククリーム	〇牛乳、さけ、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	パイン缶、かぼちゃ、ねぎ、いんげん、カットわかめ 〇いちごジャム	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳 幼児室〇ピーナツクリームサンド 乳児室〇ミルクコッ
26水	パン・ロールパン、冬野菜のシチュー、白菜とハムのサラダ、バナナ	ロールパン、〇米、フレンチドレッシング（分離型）、米粉、油	〇牛乳、鶏もも肉、豆乳、ハム、〇ベーコン、〇バター、◎牛乳	バナナ、はくさい、たまねぎ、かぶ、にんじん、コーン缶、こまつな、クリームコーン缶、ごぼう、〇切り干しだいこん	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇切干し大根おにぎり
27木	御飯、すまし汁（じゃが芋・ねぎ）、さばと玉ねぎのみそ煮、キャベツのごま和え、オレンジ	七分つき米、〇ホットケーキ粉、じゃがいも、ごま、砂糖	〇牛乳、さば、〇生クリーム、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、こまつな、〇みかん缶、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇お楽しみケーキ
28金	さけとひじきの混ぜごはん、豆腐旨煮（キャベツ）、ペイクド里芋（青のり） 乳児室：りんご 幼児室：キウイフルーツ	七分つき米、さといも（冷凍）、〇砂糖、〇黒砂糖、片栗粉、油、ごま油	〇牛乳、絹ごし豆腐、さけ、鶏もも肉、〇ゼラチン、◎牛乳	りんご、キャベツ、〇かぼちゃ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、ひじき、刻みこんぶ、にんにく、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇かぼちゃプリン

🍓 みかん組さん：今月からキウイフルーツの提供があります

平均栄養所要量	3－5歳児：エネルギー562kcal タンパク質22.8g 脂質16.9g カルシウム263mg 鉄分2.6g ビタミンC33mg 食物繊維5.4g 塩分1.7g
	1－2歳児：エネルギー452kcal タンパク質18.5g 脂質14.6g カルシウム259mg 鉄分1.9g ビタミンC24mg 食物繊維3.9g 塩分1.3g