

給食献立表 2月

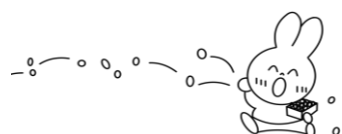


令和7年度
【3歳以上児】
南保育園

日付	曜日	献立名	材料名（昼食と☆手作りおやつ）			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			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		
2	月	マーボー丼 わかめ汁 オレンジ	上白糖、片栗粉、米、ごま油	豆腐、豚ひき肉、赤みそ、だし	オレンジ、はくさい、にんじん、にら、たまねぎ、ねぎ、わかめ	牛乳 【お楽しみおやつ】	
3	火	おにっご飯 いわし団子のみそ汁 りんご	米、ホットケーキミックス、上白糖、油	いわしつみれ、しらす干し、白みそ、炒り大豆、チーズ、煮干し	りんご、はくさい、にんじん、大根おろし、ごぼう、ねぎ、ひじき	牛乳 ☆カップチーズ蒸しパン	○おにっごはん細かく砕いた炒り大豆を具と一緒に調理することで、ふっくら仕上がります。
4	水	ご飯 肉じゃが チーズ入り大根コールスローサラダ	じゃがいも、米、系こんにゃく、コールスロードレッシング、上白糖、油	豚もも肉、ツナフレーク、ダイスチーズ、だし	たまねぎ、だいこん、にんじん、インゲン	牛乳 お米のタルト	
5	木	ご飯 魚すき キャベツの昆布和え 野菜ゼリー	米、上白糖、今川焼、油	たら、蒲鉾	はくさい、キャベツ、ねぎ、にんじん、しいたけ、塩こんぶ	牛乳 ☆今川焼	
6	金	人参ごはん たれ付き肉団子 赤みそ汁	米、じゃがいも、押麦、上白糖、油	鶏むね肉、赤みそ、油揚げ、煮干し、たれ付肉団子	にんじん、はくさい、ねぎ、干しいたけ	牛乳 ビスケット	
7	土	ハヤシライス オレンジ	米、じゃがいも、ハヤシフレーク、油	豚もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじん	お茶 ソフトせんべい	
9	月	ごはん さわらの西京焼き こまつなのなめたけ和え 五目汁	米、上白糖	さわら、鶏むね肉、白みそ、だし	大口町産こまつな、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、なめたけ	牛乳 幼児用ビスケット	
10	火	ご飯 鶏の唐揚げ パイナップルサラダ すまし汁	油、片栗粉、おつゆ、醤油、ソイレール、上白糖、米、米油	鶏もも肉、削り節	キャベツ、パイン缶、きゅうり、ねぎ、えのきだけ、わかめ	牛乳 ☆麩のシュガーラスク	☆思い出給食☆西保育園、そうくみが考えた給食です。
12	木	食パン ハートコロッケ 味付きキャベツ コンソメスープ	じゃがいも、油、米粉でつくったやさしいたこ焼き、ハートのミートコロッケ、食パン	ポークウインナー	キャベツ、はくさい、にんじん、たまねぎ、えのきだけ	牛乳 ☆米粉たこ焼き	
13	金	大口町のかりもりチャーハン 大口町野菜のサラダ 大口町の花咲く和風スープ 大口町のいちご	米、青じそドレッシング、ごま、ごま油	鶏むね肉、国産鶏ささみフレーク、削り節	大口町産キャベツ、にんじん、大口町産こまつな、かりもり漬、ねぎ、えのきだけ、わかめ、大口町産いちご	牛乳 クロワッサン	大口町で収穫された野菜や大口町にちなんだ食材を使った給食を提供します。
14	土	じゃがいも入り豚丼 オレンジ	米、じゃがいも、系こんにゃく、上白糖、油	豚もも肉、だし	たまねぎ、オレンジ、にんじん、ねぎ	お茶 しょうゆせんべい	

2月3日 節分

一年間健康に過ごせますようにという願いを込めて、豆まきをし、悪いものを追い出す行事とされています。



窒息・誤嚥事故に注意！

豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は5歳以下の子どもに食べさせないでください。

参照：消費者庁HP

保育園の地産地消

保育園給食では、小さいころから地元の味に慣れ親しめるように大口町でとれた食材を積極的に取り入れています。

また、園の畑では季節の野菜を栽培し、収穫してすぐに給食食材の一部として使用しています。

日 付	曜 日	献 立 名	材料名（昼食と☆手作りおやつ）			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			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		
16	月	元気ピラフ ハートハンバーグ 中華スープ いよかん	米、油	ポークウインナー、 豚もも肉、うす味 ハート型ハンバーグ	たまねぎ、いよかん、はくさい、 だいこん、ピーマン、に んじん、チンゲンサイ、えの きたけ、マッシュルーム	牛乳 パイ菓子	
17	火	塩ラーメン ギョウザ オレンジ	中華そば、玄米米 粉、米油、三温糖、 ごま油	豚もも肉、クリーム チーズ、国産野菜の 焼き餃子	はくさい、オレンジ、にんじ ん、もやし、しいたけ、ねぎ	牛乳 ☆米粉のカップチーズケーキ	☆思い出給食☆ 北保育園、らいおんぐ みが考えた給食です。
18	水	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 紅白なます	米、上白糖、油	白みそ、鮭、牛乳	だいこん、たまねぎ、キャベ ツ、もやし、にんじん、しめ じ	牛乳 きなこもちせんべい	
19	木	五目御飯 豚汁 りんご	米、さといも、系こ んにゃく、押麦、 油、上白糖	豚もも肉、鶏むね 肉、赤みそ、煮干し	りんご、はくさい、だいこ ん、にんじん、ごぼう、ね ぎ、干ししいたけ	野菜ジュース しょうゆせんべい	
20	金	ごはん ふろふき大根と野菜そぼろあんかけ ブロッコリーとカリフラワースラダ	上白糖、片栗粉、 米、ごま、ノンエッ グマヨネーズ	鶏ひき肉、だし、牛 乳	だいこん、ブロッコリー、カ リフラワー、にんじん、たま ねぎ、インゲン	牛乳 甘辛せんべい 揚げせんべい	
21	土	カレーライス オレンジ	米、じゃがいも、油	豚もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん	お茶 甘辛せんべい	
24	火	ひじきご飯 チキンナゲット 白味噌汁 プルーン	米、さといも、ソイ レプール、玄米米 粉、押麦、コーンス ターチ、油、三温 糖、上白糖	鶏むね肉、白みそ、 油揚げ、煮干し、チ キンナゲット	はくさい、にんじん、えのきた け、ねぎ、プルーン、ひじき、 干ししいたけ	牛乳 ☆豆乳米粉クッキー	☆思い出給食☆ 南保育園、らいおんぐ みが考えた給食です。
25	水	ごはん 春巻き コールスローサラダ 豚汁	コールスローレッ シング、油、国産具 材の春巻き、米	豚もも肉、国産鶏さ さみフレーク、合わ せみそ、煮干し	キャベツ、はくさい、だいこ ん、大口町産こまつな、にん じん、ねぎ	お茶 ノンエッグプリン	
26	木	カレーうどん メンチカツ ーロゼリー	うどん、油、上白 糖、ーロゼリー	牛乳、豚もも肉、蒲 鉾、油揚げ、メンチ カツ、だし	たまねぎ、にんじん、ねぎ、 かんてん	お茶 ☆いちご寒天	○誕生会 2月生まれのみなさ ん、おめでとうござい ます。
27	金	ご飯 厚揚げの中華煮 拌三絲	米、上白糖、はるさ め、片栗粉、ごま油	絹揚げ、豚もも肉、 国産鶏ささみフレー ク	にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、きゅうり、インゲン	牛乳 カルデツウエハース	
28	土	クリームシチューライス オレンジ	米、じゃがいも、油	鶏もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん	お茶 塩せんべい	

※献立は、食品の栄養成分と体内作用を考慮して、三色食品群で分類しています

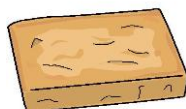
※食材料等の都合で献立変更する場合があります

※☆印は手作りおやつです

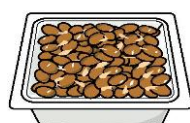
イラスト：株式会社アドム わんぱくランチWeb

だいず

大豆は「畑の肉」と呼ばれるほど、栄養素がたくさん含まれて
いる食材です。また、大豆を原料としてできている加工食品もた
くさんあります。



あつあげ



なっとう



きなこ

こうやどうふ



とうふ