



# こんだてひょう (2024/2がつ)

品川学藝保育園

日にち	朝おやつ	昼食	おやつ	主な食材	日にち	朝おやつ	昼食	おやつ	主な食材
月 ハ 26 ㇿ	牛乳	ごはん ひじきのふわふわ焼き 青梗菜の干草煮 春雨のスープ 麦茶 	ブルーと クリームチーズの 蒸しパン バナナ 牛乳	アヒル粉・ホウキ粉 精白米 しらたき じゃがいもでん粉 はるさめ 上白糖 木綿豆腐 油揚げ トウモロコシ葉、生 しょうが たまねぎ チンゲンサイ にんじん もやし ブルーン乾 パナナ 干ひじき 水 削り節 ロースハム 鶏ひき肉 卵 牛乳 クリームチーズ サラダ油 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ	月 ハ 5 19 ㇿ	牛乳	味噌きのこうどん ポテトと ブロッコリーのサラダ フルーツのヨーグルト和え 麦茶	メキシカンサンド みかん 牛乳	食パン 干しうどん じゃがいも じゃがいもでん粉 上白糖 たまねぎ ホールトマト にんじん ねぎ はくさい ブロッコリー 温州みかん みかん缶詰 バインアップル缶詰 パナナ えのきだけ しめじ こんぶ 水 削り節 豚もも肉 豚ひき肉 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 サラダ油 バター マーガリン 本みりん 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 トマトケチャップ マヨネーズ 白みそ カレー粉 パセリ・乾 まいたけ生
火 ハ 13 27 ㇿ	牛乳	マーガリンサンド かわいいのオーロラソースかけ 味噌ドレサラダ ホワイトシチュー 麦茶	切干大根の 炊き込みごはん みかん 牛乳	薄力粉 食パン 精白米 上新粉 じゃがいも 上白糖 油揚げ キャベツ きゅうり 切干しいんこ たまねぎ にんじん もやし 温州みかん 水 削り節 かわいい 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 バター マーガリン 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 トマトケチャップ マヨネーズ 白みそ	火 ハ 6 20 ㇿ	牛乳	ごはん かじきの煮付け 白和え さつま汁 麦茶 	マドレーヌ バナナ 牛乳	薄力粉 精白米 しらたき さつまいも 上白糖 木綿豆腐 炒りごま ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ パナナ レモン・果汁 水 煮干し かじき 削り節 豚もも肉 卵 牛乳 サラダ油 バター 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ ペーキングパウダー
水 ハ 14 28 ㇿ	牛乳 	茶飯 ちくわの磯辺揚げ 大根のごまみそ煮 お麩の清まし汁 麦茶	ポテトピザ いちご 牛乳	薄力粉 観世ふ 精白米 こんにゃく じゃがいも 上白糖 いんげんまめ 炒りごま だいこん たまねぎ にんじん ねぎ 青ピーマン ほうれんそう いちご しめじ あおのり こんぶ 水 削り節 竹輪 豚ひき肉 ロースハム 牛乳 プロセスチーズ サラダ油 酒 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 トマトケチャップ 白みそ ペーキングパウダー スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	水 ハ 7 21 ㇿ	牛乳	チキンカレー ひじきともやしのサラダ 豆腐のスープ 麦茶	マカロニあべかわ いちご 牛乳	薄力粉 マカロニ乾 精白米 じゃがいも じゃがいもでん粉 上白糖 きな粉・黄 絹ごし豆腐 しょうが たまねぎ チンゲンサイ にんじん にんにく ねぎ もやし いちご りんご えのきだけ 干ひじき 水 削り節 ツナ油漬・ル・ライト ロースハム 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 バター 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 酢 トマトピューレー トマトケチャップ カレー粉 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル
木 ハ 1 15 ㇿ	牛乳	ごはん 鮭の香味焼き 小松菜とコーンのソテー 生揚げのみそ汁 麦茶	にゅうめん りんご 牛乳	ひやむぎ乾 精白米 生揚げ キャベツ こまつな しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 赤ピーマン ほうれんそう りんご 干しいちご こんぶ 水 煮干し 削り節 さけ ベーコン 鶏むね肉 牛乳 ごま油 サラダ油 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	木 ハ 8 22 ㇿ	牛乳	ロールパン ポテトコロケ にんじんグラッセ 茹でブロッコリー チキンスープ 麦茶	鮭と青菜のおにぎり オレンジ 牛乳 	薄力粉 ロールパン パン粉 乾燥 精白米 じゃがいも 上白糖 炒りごま キャベツ こまつな たまねぎ にんじん ブロッコリー もやし オレンジ 水 削り節 さけ 豚ひき肉 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 バター 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 トマトケチャップ
16 (金) 29 (木)	牛乳 ※2日は、 節分メニューを 提供します！ お楽しみに♪	華風ごはん 中華風ローストチキン 豆苗ともやしのナムル わかめのスープ 麦茶	シュガーラスク オレンジ 牛乳 	食パン 精白米 上白糖 いんげんまめ 炒りごま トウモロコシ葉、生 しょうが だけのご水 たまねぎ にんにく にんにく ねぎ 黄ピーマン もやし オレンジ えのきだけ 干しいちご こんぶ 乾燥わかめ 水 削り節 豚肩ロース 鶏もも肉 牛乳 ごま油 サラダ油 マーガリン 酒 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢	金 ハ 9 ㇿ	牛乳	ごはん けんちん煮 ほうれんそうの土佐浸し なめこのみそ汁 麦茶	ココアクッキー カットチーズ りんご 牛乳	薄力粉 精白米 さといも 上白糖 キャベツ 水菜 ごぼう だいこん たまねぎ にんじん はくさい ほうれんそう りんご なめこ 水 煮干し かつお節 削り節 豚もも肉 卵 牛乳 プロセスチーズ サラダ油 バター 酒 本みりん ココア 麦茶 こいくちしょうゆ 白みそ ペーキングパウダー たいす焼き豆腐
土 ハ 3 17 ㇿ	牛乳	スパゲティ・ナポリタン ほうれんそうの 和風マヨサラダ かぼちゃのスープ 麦茶	チーズと おかかのおにぎり みかんヨーグルト 牛乳	スパゲティ乾 精白米 上白糖 炒りごま かぼちゃ たまねぎ にんじん はくさい 青ピーマン ほうれんそう みかん缶詰 マッシュルーム 煮 水 かつお節 削り節 豚肩ロース ベーコン 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 パルメザン チーズ プロセスチーズ サラダ油 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 トマトケチャップ マヨネーズ スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	土 ハ 10 24 ㇿ	牛乳 	ソース焼きそば ジャーマンポテト 白菜のスープ 麦茶	コーントースト ピーチヨーグルト 牛乳	食パン 蒸し中華めん じゃがいも 上白糖 キャベツ たまねぎ チンゲンサイ にんじん はくさい 青ピーマン もやし 白桃缶詰 干しいちご あおのり 水 削り節 豚もも肉 ベーコン 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 ごま油 サラダ油 バター 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 マヨネーズ パセリ・乾 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル

仕入れの都合により献立を一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

●今月の平均栄養量(乳児食) エネルギー：454cal/たんぱく質：18.3g



## ◆ミニ給食だより◆

新しい年を迎えて1ヶ月があっという間に過ぎました。天気の良い日には、外から子どもたちの元気な声が聞こえます。暦の上では春が近づいていますが、まだまだ雪が降りそうなくらい寒い日もありそうです。暖かくなったり、寒くなったりと『三寒四温』を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、毎日の食事でしっかり栄養を摂り、春を迎えましょう！



## 『大豆のチカラ』

節分といえば『豆まき』ですね。豆まきでも使う『大豆』にはたくさんの栄養が含まれています。『畑のお肉』と呼ばれるくらい、たんぱく質が多く含まれており、他にも鉄・カルシウム・食物繊維・大豆イソフラボン等も含まれています。豆腐・納豆・きな粉・味噌・おからなど、大豆からできる食材はたくさんありますね。健康のために1日1回は大豆製品を食べるとよいと言われています。給食やおやつにも使われていますのでぜひ探してみてくださいね！



