



2月献立表



品川学藝保育園

2025年

曜日	日付		昼食	材料名(献立)				おやつ(午前)		おやつ(午後)		栄養価
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの働きを助けるもの	主に歯やかものことになるもの	調味料	献立	献立	材料		
土	1	15	スタミナ焼肉丼 三色ナムル 味噌汁 麦茶	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン ブロッコリー・もやし・人参 わかめ	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 調合ごま油・白ごま	醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし 麦茶	牛乳	きなこシUGアートースト フルーツ(パイナップル) 牛乳	食パン・バター 砂糖・きな粉 パイナップル 牛乳	エ 593 kcal た 25.5 g 脂 22.9 g Ca 329 mg 塩 1.6 g	
月	3	17	白身魚のコーンマヨネーズ焼 切干大根の煮物 ごはん 味噌汁 麦茶 	たら 油揚げ 赤みそ・白みそ	コーン・ドライパセリ 切干大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・小松菜	小麦粉・マヨネーズタイプ(卵不使用) 糸こんにゃく(白滝)・油・砂糖 米(国産) 里芋	塩 醤油・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	ソフトビスケット オレンジ 牛乳 	小麦粉・ベーキングパウダー・スキムミルク 砂糖・ヨーグルト・バター オレンジ 牛乳	エ 539 kcal た 21.7 g 脂 18.7 g Ca 352 mg 塩 1.5 g	
火	4	18	味噌ラーメン さつまいもの甘煮 しらすとカリフラワーのサラダ 麦茶	豚肉・赤みそ しらす	もやし・人参・ニラ・しょうが カリフラワー・きゅうり・わかめ	ラーメン・油・調合ごま油 さつまいも・砂糖 油・砂糖	醤油・鶏がらスープ・塩 だし・醤油 酢・醤油 麦茶	牛乳	ふりかけおにぎり バナナ 牛乳	米(国産) 野菜ふりかけ バナナ 牛乳	エ 559 kcal た 23.7 g 脂 17.7 g Ca 339 mg 塩 3.3 g	
水	5	19	鶏肉の照焼 ちくわと野菜のソテー ごはん 味噌汁 麦茶	鶏肉 ちくわ 豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参 わかめ・玉ねぎ	砂糖・油 油 米(国産)	醤油・本みりん コンソメ だし 麦茶	牛乳	ピザトースト りんご 牛乳	食パン・トマトケチャップ・ウィンナー ブロッコリー・玉ねぎ・ミックスチーズ りんご 牛乳	エ 525 kcal た 26.4 g 脂 17.4 g Ca 312 mg 塩 2.0 g	
木	6	20	ポークチャップ コールスローサラダ レーズンロールパン スープ 麦茶	豚肉	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・しょうが キャベツ・きゅうり・コーン・人参 豆苗・玉ねぎ	小麦粉・油・砂糖 砂糖・油 レーズンロールパン さつまいも	トマトケチャップ・ウスターソース・コンソメ 酢・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	わかめおにぎり バナナ 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 バナナ 牛乳	エ 536 kcal た 21.7 g 脂 18.7 g Ca 257 mg 塩 1.6 g	
金	7	21	千草焼 こまつなサラダ ごはん 味噌汁 麦茶	卵・鶏ひき肉 ツナフレーク 赤みそ・白みそ	人参・ひじき・ピーマン 小松菜・もやし・人参 オクラ・玉ねぎ	砂糖・油 調合ごま油 米(国産) 里芋	醤油・本みりん・だし 醤油 だし 麦茶	牛乳	フライドポテト みかん 牛乳	ポテトフライ・油 塩 みかん 牛乳	エ 576 kcal た 22.5 g 脂 26.3 g Ca 322 mg 塩 1.6 g	
土	8	22	豚肉うどん 焼さつまいも キャベツの甘酢和え 麦茶	豚肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・わかめ・人参	うどん・砂糖 さつまいも・油 砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 酢・醤油 麦茶	牛乳	おかかおにぎり フルーツ(みかん) 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油 みかん(缶詰) 牛乳	エ 532 kcal た 20.8 g 脂 13.7 g Ca 325 mg 塩 1.8 g	
月	10		豚肉と大根のおろし煮 マカロニサラダ ごはん 味噌汁 麦茶	豚肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参・大根・大根おろし きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ	砂糖 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	だし・料理酒・本みりん・醤油 だし 麦茶	牛乳	うどんかりんとう オレンジ 牛乳	うどん・油・きな粉 砂糖・塩 オレンジ 牛乳	エ 607 kcal た 26.2 g 脂 25.7 g Ca 330 mg 塩 1.7 g	
火	25		カレーうどん 青のりポテト ブロッコリーのおかか和え 麦茶	豚肉・油揚げ かつお節	玉ねぎ・人参・さやえんどう・だし昆布 あおさのり ブロッコリー・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・カレーフレーク 塩 醤油 麦茶	牛乳	ツナおにぎり フルーツ(パイナップル) 牛乳	米(国産)・ツナフレーク・砂糖 醤油・料理酒 パイナップル 牛乳	エ 578 kcal た 25.2 g 脂 19.3 g Ca 318 mg 塩 1.6 g	
水	12	26	さけのバター醤油焼 ほうれん草の納豆和え ごはん 具沢山汁 麦茶	さけ 納豆 生揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・人参・さやいんげん	小麦粉・油・バター 米(国産) 里芋	塩・醤油 醤油 だし 麦茶	牛乳	白桃かん りんご 牛乳	寒天・砂糖 おろし白桃 りんご 牛乳	エ 465 kcal た 22.8 g 脂 16.1 g Ca 276 mg 塩 1.1 g	
木	13	27	ローストチキン トマトのツナサラダ ロールパン スープ 麦茶	鶏肉 ツナフレーク	しょうが トマト・ブロッコリー・コーン・レモン果汁 わかめ・もやし・人参	油 砂糖・オリーブ油 バターロールパン	塩・醤油・料理酒 酢・塩・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	里芋ごはん バナナ 牛乳	米(国産)・油揚げ・里芋・人参・ひじき 醤油・本みりん・料理酒・だし バナナ 牛乳	エ 450 kcal た 23.2 g 脂 15.4 g Ca 262 mg 塩 2.0 g	
金	14	28	ハヤシライス りんごとキャベツのサラダ スープ 麦茶	豚肉	玉ねぎ・人参・しめじ りんご・キャベツ・きゅうり・人参 オクラ・わかめ	米(国産)・油 砂糖・オリーブ油 じゃが芋	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 酢・塩 コンソメ 麦茶	牛乳	ウィンナーとコーンの蒸しパン オレンジ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)・ウィンナー・コーン オレンジ 牛乳	エ 613 kcal た 21.3 g 脂 20.1 g Ca 291 mg 塩 2.4 g	

栄養価の平均 エネルギー(エ) 556kcal たんぱく質(たん) 22.6g 脂質(脂) 19.2g カルシウム(Ca) 310mg 食塩相当量(食) 1.9g

★発注の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試下さいませよう、ご協力をお願いいたします。