

給食献立表

平成31年 2月
ベビーエンゼル八千代中央保育園



日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質
2月1日	麦ごはん いわしの胡麻揚げ 磯煮 みかん	海苔巻き いりこ 	米・麦・小麦粉・ごま・サラダ油・砂糖	鰯・鶏卵・ひじき・大豆水煮缶・油揚げ・牛乳・海苔・ツナ缶	生姜・人参・みかん・きゅうり・レタス	492	17.8	15.6
2月4日	麦ごはん 豆腐のミートグラタン れんこんのきんぴら りんご	シナモンドーナツ いりこ	米・麦・白滝・サラダ油・小麦粉・パン粉・砂糖・ごま・ごま油・ホットケーキミックス	豆腐・豚肉・チーズ・牛乳	玉ねぎ・茄子・人参・ピーマン・れんこん・りんご	530	16.9	15.5
2月5日	麦ごはん 白身魚のマリネ きゅうりのおかか和え のっぺい汁	蒸かし芋 牛乳 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ油・砂糖・里芋・さつま芋	鰯・しらす干し・かつお節・鶏肉・かつお粉・牛乳	胡瓜・トウモロコシ缶・人参・大根・ごぼう・ねぎ	479	19	14.8
2月6日	焼きそば ブロッコリー 中華コンソープ みかん	五目御飯 いりこ	中華麺・サラダ油・片栗粉・米・麦	豚肉・青のり・鶏卵・かつお粉・鶏肉・油揚げ	キャベツ・人参・玉ねぎ・しいたけ・ブロッコリー・クリームコーン缶・チンゲンサイ・ねぎ・みかん・筍・みつ葉	407	16.3	9.8
2月7日	麦ごはん 生揚げとじゃがいものそぼろ煮 花野菜のカレーソテー 味噌汁	プリン いりこ	米・麦・じゃが芋・サラダ油	生揚げ・鶏ひき肉・味噌・かつお粉・プリン	カリフラワー・ブロッコリー・玉ねぎ・白菜・人参	264	10.5	6.6
2月8日	麦ごはん 南瓜のクリームシチュー マカロニサラダ りんご	バナナコーンフレーク いりこ	米・麦・サラダ油・シチュールー・マカロニ・マヨネーズ・コーンフレーク	鶏肉・牛乳・ハム	玉ねぎ・南瓜・人参・しめじ・胡瓜・トウモロコシ缶・りんご・バナナ	503	16.4	14.1
2月12日	麦ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 人参のソース炒め 味噌汁	ホットケーキ(チーズ・コーン) 牛乳 いりこ	米・麦・マヨネーズ・サラダ油・ホットケーキミックス・チーズ	鮭・油揚げ・味噌・かつお粉・鶏卵・チーズ・牛乳	ミックスベジタブル・人参・小松菜・もやし・茄子・玉ねぎ・トウモロコシ缶	444	20.5	14.3
2月13日	麦ごはん チーズハンバーグ 白菜の胡麻和え 味噌汁	杏スコーン 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・ごま・小麦粉・バター・砂糖・サラダ油・杏ジャム	豚ひき肉・鶏卵・牛乳・チーズ・かつお節・油揚げ・わかめ・味噌・かつお粉	玉ねぎ・人参・白菜・しめじ	466	18.3	18.1
2月14日	麦ごはん レバーかつ 酢の物 りんご	ココアクッキー 牛乳 いりこ	米・麦・小麦粉・パン粉・サラダ油・砂糖・ココア・バター・アーモンド	豚レバー・鶏卵・わかめ・しらす干し・牛乳	生姜・胡瓜・みかん缶・りんご	512	19.1	17.6
2月15日	きのこご飯 チキンのレモン風味焼き 春雨のソテー	ヨーグルト(ブルーベリー) いりこ	米・麦・春雨・ごま油・砂糖・ブルーベリージャム	油揚げ・鶏肉・ブレンヨーグルト	しいたけ・まいたけ・人参・レモン果汁・にんにく・レタス・トウモロコシ缶	375	15.8	12.8
2月18日	クリームスバゲティ 金ゴマサラダ キウイフルーツ	いちごババロア いりこ	スバゲティ・バター・和風ドレッシング・砂糖	シーフードミックス・ベーコン・牛乳・生クリーム・寒天	玉ねぎ・ミックスベジタブル・小松菜・もやし・人参・胡瓜・トマト・キウイフルーツ	401	11.9	8.7
2月19日	麦ごはん 豚の生姜焼き 紅白煮 みかん	蒸しパン(レーズン) 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・じゃが芋・砂糖・薄力粉	豚肉・牛乳・レーズン・牛乳	パプリカ・玉ねぎ・生姜・人参・みかん	431	19.1	9.5
2月20日	麦ごはん ぶりの照り焼き 野菜の納豆和え 味噌汁	水ようかん 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・じゃが芋	鰯・納豆・味噌・かつお粉・牛乳・寒天・こしあん	ほうれん草・人参・えのきたけ・玉ねぎ	419	16.9	11.2
2月21日	麦ごはん 炒り豆腐 ブロッコリーのオーロラ和え 味噌汁	揚げパン(きな粉) 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・マヨネーズ・コッペパン	豆腐・鶏ひき肉・ひじき・油揚げ・味噌・かつお粉・牛乳・きな粉	人参・ねぎ・ブロッコリー・大根	387	15.2	10.5
2月22日	カレー(ツナ) ほうれん草の和え物 バナナ	さつま芋のパウンドケーキ いりこ	米・麦・じゃが芋・カレールー・ホットケーキミックス・砂糖・バター・さつま芋	ツナ缶・わかめ・鶏卵・牛乳	人参・玉ねぎ・生姜・にんにく・ほうれん草・えのきたけ・バナナ	502	12.3	13.4
2月25日	麦ごはん 煮魚(かれい) 野菜炒め みかん	南瓜と木の実の ヨーグルトパンケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ホットケーキミックス・アーモンド	かれい・ベーコン・スキムミルク・ブレンヨーグルト・鶏卵・牛乳	人参・生姜・白菜・チンゲンサイ・しいたけ・みかん・南瓜・レーズン	441	20.7	9.6
2月26日	ロールパン ビーフシチュー フレンチサラダ りんご	みるく餅 いりこ	ロールパン・じゃが芋・サラダ油・ビーフシチュールー・砂糖・片栗粉	牛肉・牛乳・スキムミルク・きな粉	人参・玉ねぎ・ブロッコリー・トマト・小松菜・胡瓜・もやし・りんご	396	16.1	12.6
2月27日	麦ごはん 鶏の変わり焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁	スイートポテト 牛乳 いりこ	米・麦・マヨネーズ・パン粉・サラダ油・砂糖・さつま芋・砂糖	鶏肉・味噌・かつお粉・きな粉・牛乳・バター	パセリ・胡瓜・人参・大根・ゆかり・ほうれん草・しめじ	586	15.7	31.6
2月28日	親子丼 菜の花のしらす和え 味噌汁	ホットケーキ(ココア) 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・ホットケーキミックス・ココア	鶏肉・鶏卵・しらす干し・わかめ・味噌・かつお粉・スキムミルク・牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・菜の花・人参・キャベツ	445	20.9	12.1

※ この献立は材料の都合により変更になる事があります。

