




2021年2月 予定献立表



※2/4(木)～2/10(水)は個人面談期間のため、給食はありません。

福音幼稚園

1(月)		2(火)		3(水)		4(木)		5(金)	
ごはん		ごはん		サンドイッチ		ごはん		ごはん	
みそしる さといも、かぶ、かぶ菜 だし、みそ		みそしる 木綿豆腐、なめこ、長ねぎ だし、みそ		食パン、バター 卵、ハム、チーズ、りんごジャム マヨネーズ		鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも、ごま みそ、砂糖、しょうゆ、みりん 油		厚揚げと豚肉の炒め煮 厚揚げ、豚もも、たまねぎ ピーマン、しょうが、ごま油 砂糖、しょうゆ、鶏ガラ、かたくり粉	
ぎょうざ 合挽肉、キャベツ、ぎょうざの皮 ねぎ、しょうが、塩、しょうゆ かたくり粉、ごま油		鶏肉と切干大根煮 鶏もも、切干大根、大根 にんじん、まいたけ、しめじ 砂糖、しょうゆ、みりん だし、塩、油		ほうれん草とコーンのソテー ほうれん草、コーン缶 ベーコン、バター、塩		長芋とチンゲン菜の塩炒め ながいも、チンゲン菜 豚もも、ごま油、塩		ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー 白だし	
白菜とにんじんの塩ごぼ和え はくさい、にんじん 塩昆布、ごま油		ちくわときゅうりの甘酢和え ちくわ、きゅうり、わかめ 砂糖、しょうゆ、酢		じゃがいも、塩、油		ゼリー		みかん	
みかん缶				いちご					
1杯あたり	426 kcal	1杯あたり	373 kcal	1杯あたり	391 kcal	1杯あたり	412 kcal	1杯あたり	373 kcal
たんぱく質	14.4 g	たんぱく質	14.6 g	たんぱく質	13.1 g	たんぱく質	12.5 g	たんぱく質	14.3 g
脂質	11.1 g	脂質	7.8 g	脂質	20.8 g	脂質	16.4 g	脂質	9.3 g
炭水化物	64.2 g	炭水化物	59.4 g	炭水化物	38 g	炭水化物	49.6 g	炭水化物	57.7 g
食塩相当量	1.1 g	食塩相当量	1.7 g	食塩相当量	1.5 g	食塩相当量	0.7 g	食塩相当量	0.4 g
8(月)		9(火)		10(水)		11(木)		12(金)	
ごはん		ごはん		サンドイッチ		休園		ドライカレー ごはん、鶏ひき肉 にんじん、ピーマン、たまねぎ コーン、いんげん、カレールウ 鶏ガラ、油	
さばのみりん干し さば、みりん、ごま 砂糖、しょうゆ、塩		ぎょうざ 合挽肉、キャベツ、ぎょうざの皮 ねぎ、しょうが、塩、しょうゆ かたくり粉、ごま油		食パン、バター 卵、ハム、チーズ、りんごジャム マヨネーズ				みそしる わかめ、こまつな、切干大根 だし、みそ	
マカロニサラダ マカロニ、ツナ缶、コーン缶 きゅうり、塩、マヨネーズ ドレッシング		白菜とにんじんの塩ごぼ和え はくさい、にんじん 塩昆布、ごま油		ほうれん草とコーンのソテー ほうれん草、コーン缶 ベーコン、バター、塩				りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり 塩、レモン汁、ドレッシング	
ゼリー		みかん缶		じゃがいも、塩、油				オレンジ 1杯あたり 472 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 14.8 g 炭水化物 67.8 g 食塩相当量 2.2 g	
1杯あたり 439 kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 16.1 g 炭水化物 54.2 g 食塩相当量 0.7 g		1杯あたり 402 kcal たんぱく質 13.3 g 脂質 10.7 g 炭水化物 60.3 g 食塩相当量 0.3 g		1杯あたり 391 kcal たんぱく質 13.1 g 脂質 20.8 g 炭水化物 38 g 食塩相当量 1.5 g					
15(月)		16(火)		17(水)		18(木)		19(金)	
ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ミートスパゲッティ	
みそしる キャベツ、にんじん、まいたけ だし、みそ		みそしる 豚ばら、にんじん、はくさい だし、みそ		厚揚げと豚肉の炒め煮 厚揚げ、豚もも、たまねぎ ピーマン、しょうが、ごま油 砂糖、しょうゆ、鶏ガラ、かたくり粉		みそしる さつまいも、えのき、チンゲン菜 だし、みそ		スパゲッティ、合挽肉 たまねぎ、コンソメ、塩 トマトピューレー、ケチャップ にんにく、砂糖、塩、油	
鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも、ごま みそ、砂糖、しょうゆ、みりん 油		おでん ウインナー、大根、こんにゃく ちくわ、魚河岸揚げ、昆布 だし、みりん、しょうゆ、塩		ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー 白だし		鶏肉とキャベツの含め煮 鶏もも、キャベツ、油揚げ にんじん、まいたけ、しめじ 砂糖、しょうゆ、みりん、塩 だし、油		わかめときゅうりのサラダ レタス、きゅうり、ささみ わかめ、ごま、塩、レモン汁 ごま油、しょうゆ、鶏ガラ	
長芋とチンゲン菜の塩炒め ながいも、チンゲン菜 豚もも、ごま油、塩		もやしときゅうりの塩ごぼ和え もやし、きゅうり 塩昆布、しょうゆ、レモン汁		みかん		春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん コーン、酢、塩、砂糖、しょうゆ		ヨーグルト	
1杯あたり 431 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 16.8 g 炭水化物 52.8 g 食塩相当量 1.5 g		1杯あたり 405 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 11.5 g 炭水化物 73.1 g 食塩相当量 1.9 g		1杯あたり 373 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 9.3 g 炭水化物 57.7 g 食塩相当量 0.4 g		1杯あたり 406 kcal たんぱく質 15 g 脂質 11.2 g 炭水化物 59.7 g 食塩相当量 1.4 g		1杯あたり 387 kcal たんぱく質 20 g 脂質 11.7 g 炭水化物 47.1 g 食塩相当量 1.4 g	
22(月)		23(火)		24(水)		25(木)		26(金)	
2号児にこにこ弁当 		休園		ごはん		チキンカレー		ごはん	
				さばのみりん干し さば、みりん、ごま 砂糖、しょうゆ、塩		ごはん、鶏もも、豚こま にんじん、じゃがいも、たまねぎ カレールウ、鶏ガラ、油		みそしる 木綿豆腐、キャベツ、エリンギ だし、みそ	
				マカロニサラダ マカロニ、ツナ缶、コーン缶 きゅうり、塩、マヨネーズ ドレッシング		りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり レモン汁、塩 ドレッシング		白菜と豚バラの蒸し煮 はくさい、豚バラ しいたけ、エリンギ、しめじ はるさめ、鶏ガラ、白だし だし、塩、しょうゆ	
				ゼリー		ゼリー		マカロニサラダ マカロニ、にんじん、コーン缶、ツナ缶 きゅうり、塩、マヨネーズ、ドレッシング	
				みそしる わかめ、たまねぎ、油揚げ だし、みそ				フルーツミックスジュース	
1杯あたり	39 kcal	1杯あたり	439 kcal	1杯あたり	463 kcal	1杯あたり	464 kcal	1杯あたり	464 kcal
たんぱく質	2.2 g	たんぱく質	14.4 g	たんぱく質	13.7 g	たんぱく質	11.8 g	たんぱく質	11.8 g
脂質	2.1 g	脂質	16.1 g	脂質	12.4 g	脂質	14.2 g	脂質	14.2 g
炭水化物	2.7 g	炭水化物	54.2 g	炭水化物	71.9 g	炭水化物	70.6 g	炭水化物	70.6 g
食塩相当量	0.9 g	食塩相当量	0.7 g	食塩相当量	1.2 g	食塩相当量	1.6 g	食塩相当量	1.6 g

*都合により献立を変更することがあります。