令和5年
(2023年)

2月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

日	曜	献立名	おやつ	おもな食品と体内ではたらし			エネルギー
				血や肉、骨となるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
				赤の食品	緑の食品	黄の食品	
1	水	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め さつま芋煮物 みそ汁	せんべい	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 椎茸 アスパラ	米 さつま芋 ごま油 サラダ油 グラニュー糖	355 Kcal
2	木	カレーライス コールスローサラダ コンソメ汁	バナナ	豚肉	玉葱 人参 キャベツ	米 じゃが芋 マヨネーズ ごま油 サラダ油	440 Kcal
3	金	五目あんかけうどん お好み焼き	ビスケット	豚肉 チーズ	玉葱 人参 チンゲン菜 しいたけ ねぎ コーン	麵 小麦粉 片栗粉	358 Kcal
4	土	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 里芋の煮物 みそ汁	クラッカー	鶏肉 チーズ	人参 キャベツ 椎茸 ねぎ パセリ	米 里芋	375 Kcal
6	月	ご飯 鶏肉のトマトソース煮 豆腐と野菜の炒めもの みそ汁	ぼたぼた焼き	鶏肉 豆腐	トマト 玉葱 ブロッコリー にんにく 人参 しょうが にら	米 じゃが芋 ごま油 サラダ油 小麦粉 グラニュー糖	383 Kcal
7	火	ご飯 鯖の唐揚げ 切昆布炒め煮 みそ汁	オレンジ	鯖	昆布 人参 いんげん 椎茸 しょうが	米 ごま油 片栗粉	368 Kcal
8	水	肉みそスパゲッティ ポテトサラダ みそ汁	青りんごゼリー	豚肉 ハム	玉葱 人参 きゅうり パセリ	麵 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ油 マヨネーズ	393 Kcal
9	木	ご飯 豆腐チャンプルー ひじきサラダ みそ汁	りんご	豆腐 豚肉 ツナ	キャベツ 玉葱 人参 ひじき きゅうり パセリ	グラニュー糖 サラダ油	400 Kcal
10	金	ご飯 チキンシチュー 大豆とちくわの炒め物 コンソメ汁	はちやぐみ棒	鶏肉 大豆 ちくわ	玉葱 人参 ブロッコリー キャベツ しめじ 胡瓜 ピーマン	米 じゃが芋 サラダ油 グラニュー糖	385 Kcal
13	月	ご飯 牛肉の中華炒め しゅうまい みそ汁	ちんすこう	牛肉	玉葱 たけのこ ピーマン パプリカ	米 サラダ油 グラニュー糖 ごま油 片栗粉	430 Kcal
14	火	焼うどん 南瓜のカレー風味サラダ みそ汁	バナナ	豚肉 削り節 ベーコン	人参 キャベツ ピーマン もやし 玉葱 南瓜	麵 サラダ油 マヨネーズ	399 Kcal
15	水	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き ジャーマンポテト みそ汁	せんべい	鶏肉 ベーコン	アスパラ パセリ	米 じゃが芋 サラダ油 グラニュー糖 マーガリン	333 Kcal
16	木	ご飯 豚肉の青じそ炒め こんにやく炒め煮 みそ汁	オレンジ	豚肉	玉葱 いんげん 人参 こんにやく 大葉 しょうが	米 グラニュー糖 サラダ油	357 Kcal
17	金	ご飯 白身魚のカレーマヨネーズ焼き 麩ちゃんぷるー すまし汁	ビスケット	ホキ 卵	にんにく にら もやし 人参 パセリ	米 小麦粉 サラダ油 麩 マヨネーズ	323 Kcal
20	月	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き チンゲン菜ソテー みそ汁	クラッカー	鶏肉 コンビーフ	チンゲン菜 人参 しめじ	米 サラダ油 ジャム	350 Kcal
21	火	ジャージャー麵 ごま酢和え 中華汁	りんご	豚肉 豆腐	玉葱 たけのこ 椎茸 もやし きゅうり	麵 サラダ油 グラニュー糖 ごま油 油揚げ	386 Kcal
22	水	ご飯 白身魚のポテトチーズ焼き 野菜炒め みそ汁	ぼたぼた焼き	鱈 チーズ	玉葱 人参 にら もやし	米 サラダ油 じゃが芋 ごま油	316 Kcal
24	金	カレーライス 卵サラダ コンソメ汁	オレンジ	豚肉 ツナ	玉葱 人参 ほうれん草	米 麵 サラダ油 じゃが芋 マカニ マヨネーズ	463 Kcal
27	月	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ビーフンソテー みそ汁	はちやぐみ棒	鮭	玉葱 人参 ピーマン 椎茸 にんにく パセリ	米 ビーフン 小麦粉 マヨネーズ ごま油	388 Kcal
28	火	ご飯 チャプチェ 炒り豆腐 みそ汁	りんご	牛肉 豆腐 卵	生姜 玉葱 人参 パプリカ にら しいたけ 青ねぎ 生姜 にんにく	米 グラニュー糖 ごま油 サラダ油 春雨	417 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

令和5年
(2023年)

2月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

日	曜	基本献立名	おやつ	卵アレルギー(エビアレルギー含む)		卵・牛乳アレルギー	
1	水	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め さつま芋煮物 みそ汁	せんべい	同様	335 Kcal	同様	335 Kcal
2	木	カレーライス コールスローサラダ コンソメ汁	バナナ	サラダ→卵なしマヨネーズ使用	426 Kcal	サラダ→卵なしマヨネーズ使用 コンソメ汁→コンソメ×	426 Kcal
3	金	五目あんかけうどん お好み焼き	ビスケット	同様	358 Kcal	お好み焼き風→チーズなし	348 Kcal
4	土	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 里芋の煮物 みそ汁	クラッカー	同様	375 Kcal	鶏肉のパン粉焼き→パルメザンチーズなし	165 Kcal
6	月	ご飯 鶏肉のトマトソース煮 豆腐と野菜の炒めもの みそ汁	ぼたぼた焼き	同様	383 Kcal	鶏肉トマトソース煮→鶏がらスープの素×	383 Kcal
7	火	ご飯 鯖の唐揚げ 切昆布炒め煮 みそ汁	オレンジ	唐揚げ→鯖の塩焼き	368 Kcal	唐揚げ→鯖の塩焼き	368 Kcal
8	水	肉みそスパゲッティ ポテトサラダ みそ汁	青りんごゼリー	サラダ→ハムなし、卵なしマヨネーズ使用	393 Kcal	サラダ→ハムなし、卵なしマヨネーズ使用	393 Kcal
9	木	ご飯 豆腐チャンプルー ひじきサラダ みそ汁	りんご	同様	400 Kcal	同様	400 Kcal
10	金	ご飯 チキンシチュー 大豆とちくわの炒め物 コンソメ汁	はちやぐみ棒	炒め物→竹輪なし	373 Kcal	炒め物→竹輪なし シチュー→乳不使用ルウ使用 コンソメ汁→コンソメ	365 Kcal
13	月	ご飯 牛肉の中華炒め しゅうまい みそ汁	ちんすこう	同様	449 Kcal	同様	449 Kcal
14	火	焼うどん 南瓜のカレー風味サラダ みそ汁	バナナ	サラダ→卵なしマヨネーズ使用	357 Kcal	サラダ→卵なしマヨネーズ使用	357 Kcal
15	水	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き ジャーマンポテト みそ汁	せんべい	ジャーマンポテト→ベーコンなし	336 Kcal	ジャーマンポテト→ベーコンなし	336 Kcal
16	木	ご飯 豚肉の青じそ炒め こんにゃく炒め煮 みそ汁	オレンジ	同様	357 Kcal	同様	357 Kcal
17	金	ご飯 白身魚のカレーマヨネーズ焼き 麩ちやんぷルー すまし汁	ビスケット	白身魚のカレーマヨネーズ焼き→卵なしマヨネーズ使用 麩チャンプルー→卵なし	323 Kcal	白身魚のカレーマヨネーズ焼き→卵なしマヨネーズ使用 麩チャンプルー→卵なし	323 Kcal
20	月	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き チンゲン菜ソテー みそ汁	クラッカー	同様	350 Kcal	同様	350 Kcal
21	火	ジャージャー麺 ごま酢和え 中華汁	りんご	ごま酢和え→油揚げなし	375 Kcal	ごま酢和え→油揚げなし 中華汁→鶏がらスープの素×	375 Kcal
22	水	ご飯 白身魚のポテトチーズ焼き 野菜炒め みそ汁	ぼたぼた焼き	同様	316 Kcal	白身魚のポテトチーズ焼き→チーズなし	306 Kcal
24	金	カレーライス 卵サラダ コンソメ汁	オレンジ	スパゲッティサラダ→卵なしマヨネーズ使用	455 Kcal	スパゲッティサラダ→卵なしマヨネーズ使用	455 Kcal
27	月	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ビーフンソテー みそ汁	はちやぐみ棒	鮭のマヨネーズ焼き→卵なしマヨネーズ使用	368 Kcal	鮭のマヨネーズ焼き→卵なしマヨネーズ使用 ビーフンソテー→鶏がらスープの素×	368 Kcal
28	火	ご飯 チャプチェ 炒り豆腐 みそ汁	りんご	炒り豆腐→卵なし	395 Kcal	炒り豆腐→卵なし	395 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

2023年

2月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保育園

月		火		水		木		金		土	
				1日		2日		3日		4日	
				昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏ささ身・人参・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(玉葱・麩・昆布だし)
				おやつ	せんべい	おやつ	バナナ	おやつ	ビスケット	おやつ	クラッカー
6日		7日		8日		9日		10日		11日	
昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏ささ身・人参・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(人参・チンゲン菜)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(人参・昆布だし)	建国記念の日	
おやつ	ぼたぼた焼き	おやつ	オレンジ	おやつ	青りんごゼリー	おやつ	りんご	おやつ	はちやくみ棒		
13日		14日		15日		16日		17日		18日	
昼	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	休み	
おやつ	ちんすこう	おやつ	バナナ	おやつ	せんべい	おやつ	オレンジ	おやつ	ビスケット		
20日		21日		22日		23日		24日		25日	
昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	天皇誕生日		昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	休み	
おやつ	クラッカー	おやつ	りんご	おやつ	ぼたぼた			おやつ	オレンジ		
27日		28日									
昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(大根・昆布だし)								
おやつ	はちやくみ棒	おやつ	りんご								

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。