



令和 07 年 2 月 予定献立表



五所川原こども園

日 曜	副食 (未 満 児 11:15 / 以 上 児 11:30)	午後のおやつ	エネルギー (以上児)	備 考	離 乳 食 (0 歳 児)
1 (土)	ぶた肉のスタミナ炒め カニカマサラダ フルーツゼリー みそ汁 (じゃがいも・わかめ)	せんべい やさいジュース	586		おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト じゃがいものみそ汁
3 (月)	鬼さんカレー フルーツヨーグルト 麦茶	窓方バナナクレープ 牛乳	608	※豆まきの 集い	おかゆ ひき肉とやさいの煮物 ヨーグルト 麦茶
4 (火)	ヤンニョムさば わかめサラダ マスカットゼリー みそ汁 (とうふ・長ねぎ・えのき)	せんべい 牛乳	586		おかゆ しらすときゃべつの煮物 くだもの とうふのみそ汁
5 (水)	あったかうどん 肉シュウマイ 豆乳プリン ふりかけ	キャロットロール 牛乳	597		おかゆ やさいうどん ヨーグルト
6 (木)	チーズ納豆 キンナゲット フルーツゼリー みそ汁 (玉ねぎ・まいたけ・油あげ)	ふかし芋 牛乳	592		おかゆ ほうれん草納豆 くだもの たまねぎのみそ汁
7 (金)	キンクラタン コーンサラダ ヨーグルト コンソメスープ (白菜・ベーコン)	ビスケット 牛乳	597		おかゆ とり肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト はくさいスープ
8 (土)	ほっけの照り焼き ビーフン炒め お楽しみデザート みそ汁 (大根・きざみこうや)	パイ菓子 やさいジュース	609		おかゆ さけとにんじんの煮物 ヨーグルト だいごのみそ汁
10 (月)	タンドリー風チキン キャベツのごま酢和え パナナ みそ汁 (じゃがいも・たまねぎ・きざみこうや)	せんべい ジョア	595		おかゆ とり肉とたまねぎの煮物 パナナ じゃがいものみそ汁
12 (水)	ハヤシライス ツナサラダ ヨーグルト 麦茶	せんべい 牛乳	596		おかゆ ぶた肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト 麦茶
13 (木)	さけのみそ焼き 切干大根の中華サラダ りんごゼリー みそ汁 (もやし・油あげ・わかめ)	とうふドーナツ 牛乳	600	※	おかゆ さけとにんじんの煮物 ヨーグルト もやしのみそ汁
14 (金)	ハートのミートコロケ マカロニサラダ アセロラゼリーのっぺい汁	コーンフレーク 牛乳	604		おかゆ とり肉とだいごの煮物 くだもの さといものみそ汁
15 (土)	とり肉のカレー粉焼き 春雨炒め お楽しみデザート みそ汁 (小松菜・しめじ)	せんべい やさいジュース	596		おかゆ とり肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト こまつなのみそ汁
17 (月)	チリコンカン フロッコリーとチーズのサラダ ヨーグルト コンソメスープ (チンゲン菜・コーン)	たいやき 牛乳	594		おかゆ ひき肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト ちんげんさいスープ
18 (火)	さわらの西京焼き 五目きんぴら パナナ みそ汁 (厚揚げ・長ねぎ・えのき)	レーズン蒸しパン 牛乳	591	※	おかゆ しらすとにんじんの煮物 パナナ やさいのみそ汁
19 (水)	すき焼き風煮 レタスサラダ フルーツゼリー みそ汁 (もやし・わかめ・花ふ)	肉まん 牛乳	570		おかゆ すき焼き風煮 ヨーグルト もやしのみそ汁
20 (木)	野菜しょうゆラーメン だいごの酢づけ ヨーグルト のり佃煮	せんべい やさいジュース	593		おかゆ やさいうどん くだもの
21 (金)	クリームシチュー 水菜とじゃこのサラダ 麦茶 ★パインゼリー★	スイートポテト 牛乳	591	お誕生会	おかゆ とり肉とじゃがいもの煮込み ヨーグルト 麦茶
22 (土)	とうふの中華煮 もやしナムル お楽しみデザート みそ汁 (キャベツ・玉ねぎ)	せんべい りんごジュース	557		おかゆ ぶた肉とはくさいの煮物 ヨーグルト きゃべつのみそ汁
25 (火)	とり肉の照り焼き 人参しりしり フルーチェ みそ汁 (さつまいも・玉ねぎ・きざみこうや)	クラッカー ジョア	579		おかゆ とり肉とにんじんの煮物 ヨーグルト さつまいものみそ汁
26 (水)	かれいの竜田揚げ 小松菜のなめたけ和え フルーツゼリー みそ汁 (とうふ・長ねぎ・油あげ)	ココア蒸しパン 牛乳	586	※	おかゆ かれいとこまつなの煮物 ヨーグルト とうふのみそ汁
27 (木)	ちびっこおでん おくら納豆 ヨーグルト みそ汁 (もやし・キャベツ・まめふ)	せんべい 牛乳	596		おかゆ やさい納豆 ヨーグルト もやしのみそ汁
28 (金)	あんかけ焼きそば 春巻き フルーツゼリー わかめスープ	パナナ 牛乳	600		おかゆ ぶた肉とたまねぎの煮物 ヨーグルト やさいスープ

※0歳児については、月齢に応じた離乳食を作ります。未満児は完全給食(ごはん、デザートを含む)です。 ※は、手づくりおやつの日です。

※エネルギー(以上児)はごはん 110gで計算しています。

※骨なしの魚を使用しておりますが、まれに骨が残っていることがあります。気をつけて食べてください。

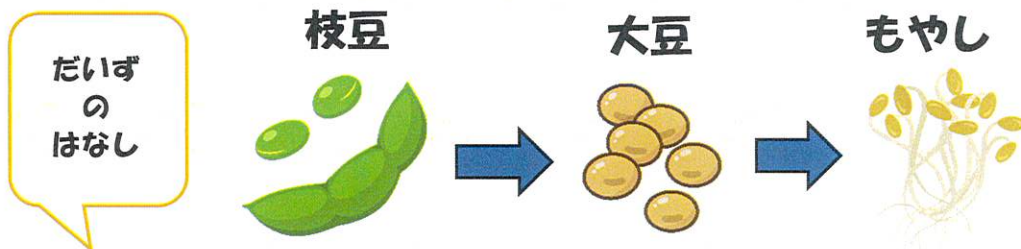


お知らせ

おやつ没有时间前に降園する場合、その日のおやつを持ち帰っていましたが、今後は衛生面を考慮し、手作りおやつを持ち帰りは中止とさせていただきます。手作りおやつの日には市販のせんべい等に替えさせていただきますのでご了承ください。



2月3日の給食は…
「鬼さんカレー」を提供します。
以上児さんはウインナーやブロッコリーなどのトッピングで自分だけの鬼さんをつくってくださいね！
未満児さんへは給食室でつくったものを提供します♪



枝豆は成長すると大豆になる、大豆は発芽するともやしになる。大豆はとうふや納豆、みそ、しょうゆなどいろいろな食品に加工されています。大豆は畑の肉と言われるように、お肉にも匹敵する良質なたんぱく質が多く含まれています。その他にも食物繊維やカルシウムも豊富です。私たちの身近には大豆製品がたくさんあります！毎日の食事に積極的に取り入れていきたいですね！