

令和6年2月 献立表



★印はマヨネーズ使用です

長栄保育園

日	曜日	献立名	主食	材 料 名			お や つ		
				熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	乳児 (午前)	乳幼児 (午後)	
1	木	マーボー豆腐 もやしあえ 味付け煮干	麦ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 すりごま(白)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 生わかめ 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし キャベツ	牛乳 かりんとう	牛乳 クッキー	
2	金	お豆ごはん 魚の竜田揚げ 白みそ汁	ごはん	板こんにやく さとう かたくり 粉 油 じゃがいも	大豆 油揚げ 削り節 さかな 生わかめ 豆腐	干し椎茸 にんじん さやいんげん しょうが もやし 葉ねぎ	お茶 おかき	お茶 チーズ蒸しパン	
3	土	ミートソーススパゲティ 発酵乳	/	スパゲティ 油	豚ひき肉 粉チーズ 発酵乳	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース(冷) にんにく	お茶 ウエハース	/	
5	月	煮魚 みそ汁 フルーツゼリー	ごはん	さとう 板こんにやく フルーツゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが にんじん ほうれんそう たまねぎ えのきたけ	牛乳 チーズ菓子	牛乳 せんべい	
6	火	鶏肉のコトコ煮 マカロニサラダ★	食パン	さとう マカロニ	鶏もも肉 ツナ缶	だいこん にんじん しょうが グリーンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	お茶 塩せんべい	牛乳 ビスケット	
7	水	ひじきと大葉のふりかけ じゃいものうま煮 白みそ汁	ごはん	白ごま ごま油 じゃがいも さとう 板こんにやく ふ	干ひじき 花かつお 豚もも肉 削り節 豆腐 油揚げ	大葉 にんじん たまねぎ 干し椎茸 さやえんどう こまつな	牛乳 おかき	牛乳 せんべい	
8	木	肉豆腐 はるさめサラダ	ごはん	糸こんにやく 油 さとう はるさめ(乾) 白ごま ごま油	豚もも肉 焼き豆腐 ロースハム 生わかめ	はくさい にんじん えのきたけ 根深ねぎ もやし みかん缶	お茶 おかき	野菜ジュース ふんわりかぼちゃ	
9	金	豆腐とツナのハンバーグ 中華スープ	ロールパン	パン粉(乾) 油	豆腐 ツナ缶 卵 ベーコン	たまねぎ ブロッコリー はくさい えのきたけ にんじん コーン缶	牛乳 ぼんせんべい	牛乳 あられ	
10	土	五目うどん プリン	/	干しうどん(乾) プリン	鶏もも肉 かまぼこ 削り節	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	お茶 おかき	/	
12	月	振替休日							
13	火	豚肉のケチャップ味 ペーコンスープ	ロールパン	油 じゃがいも さとう かたくり粉	豚もも肉 ベーコン	たまねぎ 青ピーマン キャベツ にんじん パセリ コーン缶	牛乳 クラッカー	牛乳 卵ボーロ	
14	水	どっさりキャベツの米粉 ドライカレー 卵スープ・ヨーグルト	麦ごはん	油 かたくり粉	豚ひき肉 生わかめ 卵 ヨーグルト	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん だいこん グリーンピース(冷)	お茶 パイ菓子	牛乳 ビスケット	
15	木	厚揚げのそぼろ煮 合わせみそ汁	ごはん	油 板こんにやく さとう かたくり粉	鶏ひき肉 生揚げ 削り節 生わかめ	ごぼう にんじん 干しいたけ グリーンピース(冷) たまねぎ だいこん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	オレンジジュース じゃこボール	
16	金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ	ミルクロール	油 バター 小麦粉 さとう	ベーコン 生クリーム ツナ缶 スキムミルク	はくさい にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ 赤ピーマン きゅうり コーン缶	お茶 かりんとう	牛乳 のり巻きせんべい	
17	土	ミートソーススパゲティ 発酵乳	/	スパゲティ 油	豚ひき肉 粉チーズ 発酵乳	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース(冷) にんにく	お茶 ウエハース	/	
19	月	豚肉のしょうが炒め みそ汁・チーズ	ごはん	さとう 油	豚もも肉 油揚げ 生わかめ 煮干し チーズ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい だいこん 葉ねぎ	牛乳 クラッカー	かんきつ類 ウエハース	
20	火	大根とつくねの煮物 納豆あえ	ごはん	かたくり粉 さとう	鶏ひき肉 納豆 花かつお	グリーンピース(冷) だいこん しめじ にんじん ほうれんそう もやし	牛乳 クッキー	牛乳 パンアラカルト	
21	水	チキンライス コロケ 野菜スープ	ごはん	油 ポテトコロケ(冷)	鶏もも肉 ロースハム	たまねぎ 青ピーマン もやし はくさい にんじん コーン缶 グリーンピース(冷)	お茶 のり巻きせんべい	お茶 ケーキ	
22	木	鶏肉のコトコ煮 マカロニサラダ★	食パン	さとう マカロニ	鶏もも肉 ツナ缶	だいこん にんじん しょうが グリーンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	お茶 塩せんべい	牛乳 ビスケット	
23	金	天皇誕生日							
24	土	五目うどん プリン	/	干しうどん(乾) プリン	豚もも肉 かまぼこ 削り節	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	お茶 おかき	/	
26	月	煮魚 みそ汁 フルーツゼリー	ごはん	さとう 板こんにやく フルーツゼリー	さかな 油揚げ 削り節	しょうが にんじん ほうれんそう たまねぎ えのきたけ	牛乳 チーズ菓子	牛乳 パイ菓子	
27	火	豚肉のケチャップ味 ペーコンスープ	ロールパン	油 さとう かたくり粉 じゃがいも	豚もも肉 ベーコン	たまねぎ 青ピーマン キャベツ にんじん パセリ コーン缶	牛乳 クラッカー	発酵乳 フレークバー	
28	水	マーボー豆腐 もやしあえ 味付け煮干	麦ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 すりごま(白)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 生わかめ 味付け煮干	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし キャベツ	牛乳 クッキー	牛乳 かりんとう	
29	木	厚揚げのそぼろ煮 合わせみそ汁	ごはん	油 板こんにやく さとう かたくり粉	鶏ひき肉 生揚げ 削り節 生わかめ	ごぼう にんじん 干しいたけ グリーンピース(冷) たまねぎ だいこん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 おかき	