

# 令和7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	土	みそラーメン プリン		中華めん(生) 油 プリン	焼きた豚 生わかめ	にんじん もやし しめじ 葉ねぎ	お茶 ルヴァンプライム	
3	月	お豆ごはん 魚の竜田揚げ 白みそ汁	ごはん	糸こんにゃく さとう かたくり粉 油	大豆 油揚げ 削り節 さかな 生わかめ	干し椎茸 にんじん さやいんげん しょうが もやし 葉ねぎ たまねぎ だいこん	牛乳 シスコーン	野菜ジュース まがりせんべい
4	火	ホットドッグ 豆乳スープ	コッペパン	じゃがいも 油	ウィンナー 鶏もも肉 豆 乳	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ	牛乳 源氏パイ	お茶 野菜かりんとう
5	水	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 削り節	グリンピース(冷) だいこん しめじ にんじん ほうれんそう もやし	牛乳 ルヴァンプライム	牛乳 しるこサンド
6	木	白菜のクリーム煮 スパゲティサラダ★	ミルク ロール	油 バター 小麦粉 スパゲティ	鶏もも肉 生クリーム ロースハム スキムミルク	はくさい にんじん たまねぎ しめじ バセリ きゅうり コーン缶	牛乳 きなこ餅	お茶 焼きたどん
7	金	切干大根の煮付け 豚汁 味付け煮干	ごはん	油 さとう 板こんにゃく	鶏もも肉 刻み昆布 削り節 豚もも肉 豆腐 油揚げ 味付け煮干	切干し大根 にんじん さやいんげん 干し椎茸 ごぼう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	お茶 ふるさとぼん菓子	牛乳 ムーンライト
8	土	五目うどん フルーツゼリー		干しうどん(乾) フルーツゼリー	鶏もも肉 かまぼこ 削り節	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	お茶 ぼたぼた焼き	
10	月	煮魚 みそ汁 チーズ	ごはん	さとう 板こんにゃく	さかな 油揚げ 削り節 チーズ	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 たべっこBABY	お茶 プリンアラモード
11	火	建 国 記 念 の 日						
12	水	鶏肉のコトコ煮 ひじきサラダ★	食パン	さとう すりごま(白)	鶏もも肉 干しひじき ツナ缶	だいこん にんじん しょうが グリンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	お茶 ばりんこ減塩	牛乳 ココアケーキ
13	木	厚揚げのそぼろ煮 合わせみそ汁	ごはん	油 板こんにゃく 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 グリンピース(冷) たまねぎ キャベツ 葉ねぎ	牛乳 カルシウムせんべい (ごま)	牛乳 みりん揚げ
14	金	マーボー豆腐 ばんさんすう 味付け煮干	麦ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 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 きゅうり	お茶 田舎花あられ	牛乳 ビスコ
15	土	みそラーメン プリン		中華めん(生) 油 プリン	焼きた豚 生わかめ	にんじん もやし しめじ 葉ねぎ	お茶 ルヴァンプライム	
17	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 花三色	みかん ミレービスケット
18	火	豚肉のケチャップ味 冬野菜のスープ	ロールパン	油 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 はくさい にんじん しめじ カリフラワー	お茶 味ーかりんとう	お茶 おにぎりせんべい
19	水	切干大根の煮付け 豚汁 味付け煮干	ごはん	油 さとう 板こんにゃく	鶏もも肉 刻み昆布 削り節 豚もも肉 豆腐 油揚げ 味付け煮干	切干し大根 にんじん さやいんげん 干し椎茸 ごぼう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	お茶 満月ぼん	牛乳 ハッピーターン
20	木	ビビンバ 魚のカレー揚げ わかめスープ	ごはん	油 さとう ごま油 白ごま 小麦粉	豚ひき肉 豆腐 さかな 生わかめ	しょうが にんにく 根深ねぎ もやし ほうれんそう にんじん ブロッコリー えのきたけ たまねぎ	お茶 ルヴァンプライム	お茶 ケーキ
21	金	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 削り節	グリンピース(冷) だいこん しめじ にんじん ほうれんそう もやし	牛乳 きなこ餅	牛乳 シスコーン
22	土	五目うどん フルーツゼリー		干しうどん(乾) フルーツゼリー	鶏もも肉 かまぼこ 削り節	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	お茶 ぼたぼた焼き	
24	月	振替休日						
25	火	魚のチーズフライ 野菜スープ	ミルク ロール	小麦粉 パン粉(乾) 油 じゃがいも	さかな 粉チーズ	もやし にんじん キャベツ たまねぎ バセリ	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 ばかうけ(青のり)
26	水	マーボー豆腐 ばんさんすう 味付け煮干	麦ごはん	油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム 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 きゅうり	お茶 ふるさとぼん菓子	牛乳 たべっこどうぶつ
27	木	鶏肉のコトコ煮 ひじきサラダ★	食パン	さとう すりごま(白)	鶏もも肉 干しひじき ツナ缶	だいこん にんじん しょうが グリンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	お茶 ばりんこ減塩	お茶 どうふドーナツ
28	金	どっさりキャベツの米粉 ドライカレー 大根スープ	麦ごはん	油	豚ひき肉 ベーコン	しょうが にんにく キャベツ たまね ぎ にんじん グリンピース(冷) だいこん 葉ねぎ	牛乳 田舎花あられ	牛乳 源氏パイ