２月のきゅうしょくこんだて

認定こども園　長岡みのり幼稚園　　2024.2

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価 エネルギー たんぱく質 食塩相当量	1．2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
2月1日	木	高野豆腐のそぼろ丼・ポテトのさっぱり和え・フルーツヨーグルト	米・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・しょうが・高野豆腐/じゃが芋・きゅうり・とうもろこし・人参/ヨーグルト・ミックスフルーツ	449kcal 14.2g 1.0g	ハッピーターンミニ	野菜のチヂミ
2月2日 豆まき大会	金	手巻き寿司（めばえ・ひかり/ちらし寿司）・打ち豆入り豚汁・みかん	米・きゅうり・卵焼き・シーチキン・のり/豚肉・人参・大根・ごぼう・じゃが芋・玉ねぎ・豆腐・ねぎ・打ち豆/みかん	434kcal 18.8g 1.8g	まめぴよ ココア	桃のケーキ
2月5日	月	ジャンバラヤ・白菜スープ・ブロッコリーサラダ・オレンジ	米・玉ねぎ・ウインナー・とうもろこし・パプリカ・ピーマン・ケチャップ・チリパウダー/白菜・ベーコン・春雨・人参・しいたけ/ブロッコリー・キャベツ・人参・ハム/オレンジ	385kcal 10.4g 1.8g	白桃缶	蒸しパン （バナナ）
2月6日	火	きのこの和風スープスパゲティ・じゃがチーズ・フルーツミックスゼリー	ソフト麺・ベーコン・鶏肉・人参・玉ねぎ・しめじ・マッシュルーム・しいたけ・えのきたけ・キャベツ/じゃがいも・玉ねぎ・とうもろこし・ウインナー・チーズ/マスカットゼリー・みかん缶・パイン缶・白桃缶	459kcal 17.2g 2.9g	ぽたぽた焼き	おにぎり
2月7日	水	ごはん・里芋と油揚げのみそ汁・カレイの香味煮・ほうれん草の塩昆布和え・バナナ	米/里芋・油揚げ・キャベツ/カレイ・ごま/もやし・ほうれん草・人参・ハム・塩昆布/バナナ	376kcal 17.6g 2.4g	おやつ ソーセージ	かっぱ えびせん
2月8日	木	食パン（いちごﾏｰｶﾞﾘﾝ）・野菜たっぷりコーンチャウダー・コンコンスナック・オレンジ	食パン・いちごﾏｰｶﾞﾘﾝ/玉ねぎ・人参・じゃが芋・キャベツ・ベーコン・とうもろこし・豆乳・シチュールウ/レンコン・ごぼう・さつまいも・大豆・青のり・ゆかり/オレンジ	454kcal 11.0g 2.1g	バナナ	フライドポテト
2月9日	金	ごはん・豆腐と玉ねぎのみそ汁・豚肉ときのこの炒め物・小松菜の胡麻酢和え・りんご	米/豆腐・玉ねぎ/豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・まいたけ・エリンギ/人参・小松菜・もやし/りんご	401kcal 18.5g 1.5g	豆乳クッキー	ホットケーキ
2月13日	火	ツナごはん・田舎汁・わかめの中華サラダ・バナナ	米・シーチキン・人参/豚肉・大根・豆腐・じゃが芋/わかめ・キャベツ・かまぼこ/バナナ	372kcal 14.5g 2.5g	ほろほろ焼き	豆腐 パンケーキ
2月14日	水	ごはん・かぼちゃのスープ・ハートのコロッケ・ほうれん草とコーンのサラダ・いちごハートカップ	米/かぼちゃ・玉ねぎ・豆乳・シチュールウ・パセリ/コロッケ/ほうれん草・とうもろこし・人参・ハム/いちごデザート	453kcal 12.1g 1.9g	黄桃缶	ポテコ
2月15日	木	ごはん・かまぼこのすまし汁・鯖の照り焼き・根菜のきんぴら・オレンジ	米/かまぼこ・えのきたけ・ほうれん草/鯖/ごぼう・レンコン・人参・さつま揚げ・さやいんげん/オレンジ	387kcal 15.2g 1.6g	ぱりんこ	ふラスク
2月16日 誕生会	金	チキンカレー・きのこと白菜のスープ・しょうゆフレンチ・手作りデザート	米・鶏肉・じゃが芋・人参・鶏肉・カレールウ・トマトピューレ/白菜・えのきたけ・しめじ/ほうれん草・もやし・とうもろこし・ハム/ゼリーの素・白桃缶・みかん缶・黄桃缶・ホイップクリーム	460kcal 15.5g 2.7g	まめぴよ バナナ	ベジたべる
2月19日	月	ごはん・大根と油揚げのみそ汁・タンドリーチキン・ほうれん草のマヨ和え・バナナ	米/大根・油揚げ・玉ねぎ/鶏肉・ケチャップ・カレー粉/ほうれん草・きゅうり・かまぼこ・とうもろこし・ノンエッグマヨネーズ/バナナ	400kcal 18.5g 2.6g	豆乳 ヨーグルト	焼きいも
2月20日	火	五目ラーメン・磯香和え・フルーツポンチ	中華麺・豚肉・キャベツ・たけのこ・人参・もやし・なると・きくらげ・ねぎ・チンゲン菜・オイスターソース/ほうれん草・もやし・人参・かまぼこ・のり・しらす干し/白桃缶・みかん缶・バナナ	405kcal 16.5g 1.9g	ひこうき ビスケット	蒸しパン（枝豆 ベーコン）
2月21日	水	ごはん・キャベツと玉ねぎのみそ汁・タラの味噌マヨ焼き・きゅうりともやしのおひたし・チーズ	米/キャベツ・玉ねぎ・油揚げ/たら・ノンエッグマヨネーズ・みそ/きゅうり・もやし・ハム・とうもろこし/チーズ	371kcal 17.0g 2.3g	バナナ	焼きじゃが （カレー味）
2月22日	木	丸パン・具沢山シチュー・切干大根のさっぱりサラダ・オレンジ	丸パン/鶏肉・豆乳・ブロッコリー・じゃがいも・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・ホワイトルウ/切干大根・人参・きゅうり・シーチキン/オレンジ	403kcal 18.4g 2.2g	たべっこ ベイビー	おにぎり
2月26日	月	とりそぼろ丼・大根とキャベツのみそ汁・ひじきとほうれん草の鉄サラダ・バナナ	米・鶏ひき肉・人参・さやいんげん・玉ねぎ・しいたけ/大根・えのきたけ・キャベツ/ひじき・ほうれん草・シーチキン・とうもろこし/バナナ	431kcal 17.6g 2.1g	ミルメーク 豆乳	ぽたぽた焼き ばかうけ
2月27日	火	ナンカレー・コーンキャベツサラダ・いちごヨーグルト	ナン/豚肉・玉ねぎ・レンコン・人参・大豆・カレールウ・ケチャップ・トマトピューレ・枝豆/とうもろこし・キャベツ・きゅうり・ハム/いちごヨーグルト	408kcal 19.1g 1.8g	星たべよ	おにぎり
2月28日	水	ごはん・かぶとしめじのみそ汁・鰺の香味揚げ・さつまいもサラダ・カットゼリー白桃	米/かぶ・しめじ/あじ・ねぎ・ごま・しょうが/さつまいも・きゅうり・人参・キャベツ・ハム・ノンエッグマヨネーズ/カットゼリー白桃	463kcal 15.7g 2.1g	パイン缶	ミニ肉まん
2月29日	木	ごはん・切りざい納豆・肉豆腐・しらす和え・オレンジ	米/納豆・野沢菜・たくあん/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・えのきたけ・しらたき・さやえんどう/キャベツ・人参・しらす干し/オレンジ	435kcal 24.8g 2.4g	ソフトサラダ	きなこマカロニ