



# 2月のきゅうしよくこんだて



認定こども園 長岡みのり幼稚園

2025.2

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価	1.2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
				エネルギー たんぱく質 食塩相当量		
2月3日	月	手巻き寿司(めばえ・ひかり/まぜちらし)・打ち豆入り豚汁・豆乳プリン	米・きゅうり・たまごやき・シーチキン・ノンエッグマヨ/のり/豚肉・人参・大根・じゃが芋・玉ねぎ・しらたき・豆腐・打ち豆/豆乳プリン	430kcal 18.7g 1.8g	まめびよ いちご	フライドポテト
2月4日	火	ごはん・沢煮椀・鯖のソース煮・ほうれん草とコーンのサラダ・カットゼリー梨	米/豚肉・人参・ごぼう・大根・ねぎ/さば/ほうれん草・とうもろこし・人参・ハム/梨ゼリー	471kcal 21.8g 2.5g	白桃缶	野菜のチヂミ
2月5日	水	アップルパン・ミートボールシチュー・ひじきのマリネ・オレンジ	アップルパン/ミートボール・豆乳・ブロッコリー・じゃが芋・人参・玉ねぎ・とうもろこし/ひじき・ハム・きゅうり・人参・キャベツ/オレンジ	441kcal 15.0g 2.5g	星たべよ	おにぎり
2月6日	木	ごはん・けんちん汁・鶏の胡麻味噌焼き・小松菜のしらす和え・バナナ	米/大根・人参・里芋・こんにやく・豆腐・ねぎ・ごま油/鶏肉・みそ・ごま/小松菜・人参・もやし・しらす/バナナ	376kcal 20.2g 2.2g	おやつ ソーセージ	桃のケーキ
2月7日	金	回鍋肉丼・水菜ともやしのスープ・フルーツ杏仁	米・キャベツ・人参・玉ねぎ・豚肉・甜麺醬/水菜・もやし・人参・ベーコン/杏仁豆腐・ミックスフルーツ缶	430kcal 16.0g 1.3g	オレンジ	ぱりんこ ばかうけ
2月10日	月	塩ラーメン・ほうれん草の海苔和え・安納芋フライドポテト・オレンジ	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・なると・玉ねぎ・もやし/ほうれん草・もやし・人参・のり/安納芋/オレンジ	443kcal 19.5g 2.2g	バナナ	おにぎり
2月12日	水	ごはん・鶏肉と根菜のみそ汁・鮭のコーンフレーク焼き・キャベツとコーンのおかか和え・フルーチェ	米/鶏肉・油揚げ・ごぼう・大根・人参・ごま油/鮭・ノンエッグマヨネーズ・コーンフレーク/キャベツ・きゅうり・とうもろこし・かつお節/フルーチェ・牛乳	461kcal 21.7g 1.9g	ハッピーターン ミニ	きなこマカロニ
2月13日	木	ごはん・青菜と麩のみそ汁・豚の生姜焼き・ほうれん草のぼん酢和え・バナナ	米/麩・えのきたけ・こまつな/豚肉・玉ねぎ/ほうれん草・人参・もやし/バナナ	386kcal 18.5g 1.9g	オレンジ	なんちゃって 肉まん
2月14日 誕生会	金	チキンカレー・小松菜とコーンのスープ・キャベツとツナのサラダ・手作りデザート	米・じゃがいも・玉ねぎ・人参・鶏肉・カレー粉/小松菜・とうもろこし・玉ねぎ/キャベツ・シーチキン・人参・きゅうり/オレンジゼリー・の素・白桃缶・みかん缶・黄桃缶・ホイップクリーム	492kcal 14.9g 2.2g	まめびよ バナナ	かつぱ えびせん
2月17日	月	ごはん・もずくのスープ・タンドリーチキン・ポテトサラダ・バナナ	米/もずく・豆腐・人参/鶏肉・ケチャップ・カレー粉/じゃが芋・人参・きゅうり・シーチキン・とうもろこし・ノンエッグマヨネーズ/バナナ	428kcal 17.8g 1.1g	ジャム ヨーグルト	ベジたべる
2月18日	火	食パン(いちご&マーガリン)・ミネストローネ・野菜とささみのサラダ・牛乳	食パン・いちご・ガリン/人参・じゃが芋・玉ねぎ・ウインナー・トマト缶/ささみ・もやし・きゅうり・人参・ごま/牛乳	376kcal 15.5g 2.9g	黄桃缶	おにぎり
2月19日	水	ごはん・ほうれん草と油揚げのみそ汁・マグロの竜田揚げ・もやしと小松菜のナムル・オレンジ	米/ほうれん草・油揚げ・玉ねぎ/まぐろ・片栗粉/もやし・人参・こまつな・ごま/オレンジ	398kcal 18.6g 1.7g	豆乳クッキー	ホットケーキ
2月20日	木	きのこの和風スパゲッティ・小松菜のCa和え・白桃フレッシュ	ソフト麺・鶏肉・ベーコン・人参・玉ねぎ・マッシュルーム/小松菜・キャベツ・切干大根・しらす・チーズ/白桃ゼリー	398kcal 14.7g 2.9g	バナナ	ふらスク
2月21日	金	五目そぼろ丼・大根とキャベツのみそ汁・フルーツサラダ	米・豚肉・油揚げ・しらたき・しいたけ・人参・さやいんげん/大根・えのきたけ・キャベツ/バナナ・ハイン缶・みかん缶・きゅうり・ヨーグルト・ノンエッグマヨネーズ	440kcal 13.0g 1.7g	ひとくち ビスケット	豆腐 パンケーキ
2月25日	火	ジャンバラヤ・ワンタン肉団子スープ・コールスローサラダ・チーズ	米・玉ねぎ・ウインナー・とうもろこし・パプリカ・ピーマン・チリパウダー/ミートボール・ワンタン・もやし・にら/キャベツ・とうもろこし・にんじん・きゅうり・ハム・ノンエッグマヨネーズ/チーズ	425kcal 11.9g 2.1g	ソフトサラダ	ミニピザまん
2月26日	水	ごはん・豆腐とわかめのみそ汁・鶏肉のマーメレード焼き・ブロッコリーサラダ・バナナ	米/豆腐・わかめ・玉ねぎ/鶏肉・マーメレード/ブロッコリー・キャベツ・人参・ハム/バナナ	394kcal 19.1g 2.4g	ひこうき ビスケット	焼きじゃが カレー味
2月27日	木	ごはん・ほうれん草としめじのみそ汁・カレイの塩焼き・根菜きんぴら・カットゼリーあまおう	米/ほうれん草・しめじ・たまねぎ/かれい/ごぼう・れんこん・人参・豚バラ肉・さやいんげん/ゼリーあまおう	418kcal 16.3g 2.1g	オレンジ	蒸しパン (りんごジャム)
2月28日	金	ふりかけごはん・生揚げと大根のオイスターソース煮・梅おかか和え・オレンジ	米・ふりかけ/生揚げ・豚肉・人参・大根・チンゲン菜・オイスターソース/キャベツ・きゅうり・もやし・ハム・うめ/オレンジ	369kcal 16.3g 1.5g	バナナ	たべっこペイビー やさい