



2月献立表



令和4年度

横川さくら保育園

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は午前中の水分補給)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1 水	タンメン チンゲン菜の中華サラダ れんこんと筍のオイスター炒め バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/ゆで中華めん、豚こま肉、キャベツ、もやし、にんじん、にら、ごま油、しょうが、昆布だし汁、にんにく、しょうゆ(うすくち)、鶏ガラ、食塩、/チンゲンサイ、しめじ、きゅうり、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、/れんこん、たけのこ(ゆで)、にんじん、ごま油、オイスターソース、しょうゆ、砂糖、/バナナ、/牛乳、/米、鶏ひき肉、バター、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コンソメ、食塩、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 洋風 炊き込みごはん	459 20.6 12.9 4.8
2 木	キャロットパン カレイの バジルチーズパン粉焼き ブロッコリーの フレンチサラダ ジュリエヌスープ みかん	牛乳、/麦茶(浸出液)、/キャロットパン、/たまねぎ、キャベツ、セロリー、にんじん、コンソメ、食塩、/かたい、酒、にんにく、バジル粉、粉チーズ、パン粉、/ブロッコリー、きゅうり、にんじん、なたね油、酢、砂糖、食塩、/みかん、/牛乳、/パインジュース、パイン缶、砂糖、ゼラチン、水、/クラッカー、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 パインゼリー クラッカー	419 22 13 3
3 金	鬼さん御膳 ひじきの和風マヨサラダ ほなが汁 ヨーグルト	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、鶏ひき肉、ごま油、酒、砂糖、しょうゆ、しょうが、片栗粉、ブロッコリー、干しぶどう、ケチャップ、とんがりコーン、/生ひじき、だいこん、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、砂糖、しょうゆ、/切り干しだいこん、にんじん、みつば、かつおだし汁、赤みそ、/ヨーグルト(加糖)、/牛乳、/だいず水煮缶詰、小麦粉、揚げ油、砂糖、みりん、しょうゆ、水、あおりの、さつまいも、揚げ油、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 さつま芋と大豆の ココロ揚げ	489 21.4 16.7 4.1
4 土	ご飯 厚揚げとカニカマの 中華炒め キャベツの塩ダレサラダ レタスのとろみスープ バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/生揚げ、かにかまぼこ、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、しめじ、黒きくらげ、ごま油、しょうが、にんにく、鶏ガラ、砂糖、しょうゆ、片栗粉、/キャベツ、にんじん、食塩、鶏ガラ、にんにく、ごま油、/レタス、たまねぎ、エリンギ、鶏ガラ、食塩、片栗粉、/バナナ、/牛乳、/パイ皮、りんご、砂糖、シナモン、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 アップルパイ	467 15.6 17.1 3.2
6 月	ご飯 鶏肉とチンゲン菜の オイスター炒め かぶの中華サラダ もずくのスープ バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/鶏こま肉、チンゲンサイ、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、にんじん、エリンギ、ごま油、にんにく、しょうが、酒、オイスターソース、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/かぶ、かぶ・葉、きゅうり、にんじん、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、/もずく、えのきたけ、ねぎ、鶏ガラ、食塩、/バナナ、/牛乳、/ゆでうどん、豚ひき肉、もやし、にんじん、にら、なたね油、しょうゆ、砂糖、かつお節、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 焼きうどん	462 18.9 15.8 3.6
7 火	玄米ご飯 さばのおろしポン酢がけ 蒸しかぼちゃ 小松菜のごま和え 豚汁 ヨーグルト	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、玄米、/さば、しょうが、酒、食塩、だいこん、ほん酢しょうゆ、みりん、/かぼちゃ、/こまつな、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ、すりごま、/豚こま肉、ねぎ、さといも、ごぼう、にんじん、かつおだし汁、淡色みそ、/ヨーグルト(加糖)、/牛乳、/りんご、/ビスケット、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 りんご ビスケット	481 24 15.7 3.5
8 水	ポークカレー 花野菜サラダ キャベツの コンソメスープ みかん	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、豚こま肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、なたね油、カレールウ、片栗粉、/ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、コーン缶、なたね油、酢、砂糖、食塩、/キャベツ、たまねぎ、しめじ、コンソメ、食塩、/みかん、/牛乳、/食パン、バター、グラニュー糖、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 シュガートースト	500 19.2 16.9 5.9
9 木	ご飯 大葉味噌 豆腐入りつくね 切り干し大根サラダ まいたけの味噌汁 バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/しそ、ごま油、砂糖、みりん、淡色みそ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、しょうが、食塩、酒、片栗粉、しょうゆ(うすくち)、みりん、砂糖、片栗粉、/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、しょうゆ、なたね油、酢、砂糖、/まいたけ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、淡色みそ、/バナナ、/麦茶(浸出液)、/ヨーグルト(無糖)、あんずジャム、砂糖、コーンフレーク、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 麦茶 あんずジャム ヨーグルト	459 19 12.6 3
10 金	黒糖パン ほうれん草とツナの キッシュ りんごサラダ ミネストローネ みかん	牛乳、/麦茶(浸出液)、/黒糖パン、/ほうれん草、たまねぎ、にんじん、なたね油、ツナ水煮缶、卵、牛乳、生クリーム、コンソメ、食塩、ピザ用チーズ、/りんご、キャベツ、エリンギ、なたね油、酢、食塩、/鶏こま肉、じゃがいも、たまねぎ、セロリー、トマトピューレ、コンソメ、食塩、/みかん、/牛乳、/米、にんじん、かつお節、酒、みりん、しょうゆ、食塩、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 夕焼けごはん	489 20.2 18.4 3.4
13 月	玄米ご飯 ぶりの南部焼き きんぴらごぼう 白菜のゆず和え 大根の味噌汁 りんご	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、玄米、/ぶり、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが、黒ごま、/ごぼう、にんじん、ごま油、砂糖、みりん、しょうゆ、/はくさい、きゅうり、ゆず果汁、ゆず果皮、砂糖、食塩、酢、/だいこん、ねぎ、にんじん、かつおだし汁、淡色みそ、/りんご、/牛乳、/じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、なたね油、コンソメ、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 ジャーマンポテト	461 20.4 19.1 6.9
14 火	ミルクパン チキンと大豆のトマト煮 コーンフレークサラダ オニオンスープ みかん	牛乳、/麦茶(浸出液)、/ミルクパン、/鶏もも肉、にんにく、オリーブ油、だいず水煮缶詰、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、セロリー、にんじん、ホールトマト缶詰、砂糖、コンソメ、食塩、上新粉、/ブロッコリー、にんじん、エリンギ、きゅうり、砂糖、食塩、酢、なたね油、コーンフレーク、/たまねぎ、なたね油、にんにく、コンソメ、食塩、パセリ粉、/みかん、/牛乳、/小麦粉、ココア(ピュアココア)、ベーキングパウダー、牛乳、バター、砂糖、バナナ、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 ココアカップ ケーキ	454 20 17.9 5.8





日付	献立名	材料名	おやつ (◎は午前中の水分補給)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
15 水	ご飯 豚玉焼き ほうれん草の マヨボンサラダ 切干大根の煮物 かぼちゃの味噌汁 バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、なたね油、食塩、卵、中濃ソース、かつお節、/ほうれん草、コーン缶、きゅうり、ぼん酢しょうゆ、マヨネーズ、砂糖、/切り干しだいこん、にんじん、しいたけ、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、/かぼちゃ、たまねぎ、かつおだし汁、淡色みそ、/バナナ、/牛乳、/りんごジュース、粉かんでん、砂糖、水、ぶどうジュース、粉かんでん、砂糖、水、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 モザイク寒天	466 18.5 15.4 3.9
16 木	ご飯 揚げ鶏の野菜あんかけ ココロ中華サラダ わかめスープ みかん	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/鶏もも肉、酒、食塩、片栗粉、揚げ油、たまねぎ、にんじん、黄パプリカ、にら、ごま油、しょうが、にんにく、鶏ガラ、酒、砂糖、しょうゆ、食塩、片栗粉、/だいこん、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油、/生わかめ、ねぎ、鶏ガラ、食塩、ごま油、/みかん、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、フロセスチーズ、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 チーズ蒸しパン	483 20.1 15.8 2.3
17 金	赤味噌うどん ふかし芋 花野菜の和風サラダ ヨーグルト	牛乳、/麦茶(浸出液)、/ゆでうどん、豚こま肉、油揚げ、はくさい、ねぎ、にんじん、しいたけ、かつおだし汁、赤みそ、しょうゆ(うすくち)、みりん、砂糖、/さつまいも、/カリフラワー、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、なたね油、砂糖、酢、/ヨーグルト(加糖)、/牛乳、/米、ごま油、たかな(たかな漬)、ごま油、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 高菜中華ご飯	468 22 11.9 4
18 土	コンソメライス チキンソテー マーマレードソースがけ ツナときのこの フレンチサラダ 具沢山コンソメスープ バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、コンソメ、食塩、パセリ粉、/鶏もも肉、酒、たまねぎ、なたね油、にんにく、マーマレード、しょうゆ(うすくち)、コンソメ、/ツナ水煮缶、しめじ、エリンギ、にんじん、なたね油、酢、食塩、砂糖、/じゃがいも、たまねぎ、コーン缶、いんげん、コンソメ、食塩、鳥がらだし汁、/バナナ、/牛乳、/きな粉、砂糖、はちみつ、調製豆乳、きな粉、/塩せんべい、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 きなこ棒 せんべい	461 22.4 12.4 4.7
20 月	ご飯 海苔煮 豚肉と大根の味噌煮 白菜のしょうが風味サラダ 三つ葉のすまし汁 バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/ほしのり、水、みりん、しょうゆ、/豚こま肉、だいこん、れんこん、たまねぎ、にんじん、しいたけ、しょうが、かつおだし汁、酒、みりん、砂糖、淡色みそ、いんげん、片栗粉、/はくさい、にんじん、しょうが、しょうゆ、砂糖、なたね油、酢、/みつば、たまねぎ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、食塩、/バナナ、/牛乳、/クリームパン、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 クリームパン	492 20.1 13.5 3.5
21 火	ナポリタン さつま芋のフレンチサラダ きのこのスープ ヨーグルト	牛乳、/麦茶(浸出液)、/スパゲティ、ウインナー、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、にんじん、にんにく、なたね油、ホールトマト缶詰、ケチャップ、砂糖、食塩、/さつまいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、なたね油、酢、砂糖、食塩、/しめじ、エリンギ、たまねぎ、コンソメ、食塩、パセリ粉、/ヨーグルト(加糖)、/牛乳、/米、鶏ひき肉、ごぼう、にんじん、酒、しょうゆ、食塩、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 鶏ごぼうおにぎり	491 19 14.2 4.1
22 水	生姜焼き丼 煮豆 小松菜のボン酢和え 田舎汁 りんご	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、キャベツ、豚こま肉、たまねぎ、なたね油、しょうゆ、酒、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉、/金時豆、砂糖、食塩、/ごまつな、きゅうり、にんじん、しめじ、砂糖、ぼん酢しょうゆ、/さといも、ねぎ、油揚げ、にんじん、しいたけ、かつおだし汁、麦みそ、/りんご、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、なたね油、メープルシロップ、砂糖、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 メープル蒸しパン	530 21.4 16.6 3.8
24 金	ご飯 卵とブロッコリーの 中華塩炒め 中華大根 ワンタンスープ みかん	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/卵、鶏こま肉、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、黒きくらげ、ごま油、しょうが、にんにく、酒、砂糖、食塩、しょうゆ(うすくち)、鶏ガラ、/だいこん、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖、/豚ひき肉、にら、にんじん、ワンタンの皮、オイスターソース、食塩、ごま油、/みかん、/牛乳、/ロールパン、じゃがいも、コーン缶、マヨネーズ、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 ポテサラサンド	548 22.7 22.1 5.1
25 土	ご飯 梅おかか 高野豆腐と白菜のそぼろ煮 れんこんの和風サラダ じゃがいもの味噌汁 バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/減塩うめ干し、かつお節、/豚ひき肉、凍り豆腐、はくさい、たまねぎ、しいたけ、しょうが、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、片栗粉、/れんこん、きゅうり、にんじん、しょうゆ、なたね油、砂糖、酢、/じゃがいも、たまねぎ、かつおだし汁、淡色みそ、/バナナ、/牛乳、/小麦粉、砂糖、カレー粉、食塩、パセリ粉、オリーブ油、水、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 カレー風味 ブリッツ	502 19.1 17.1 3.8
27 月	ご飯 さわらのテンメンジャン蒸し 春雨サラダ にらのとろみスープ バナナ	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/さわら、酒、しょうが、テンメンジャン、砂糖、しょうゆ、片栗粉、/はるさめ、きゅうり、もやし、にんじん、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、/にら、えのきたけ、たけのこ、にんじん、鶏ガラ、食塩、片栗粉、/バナナ、/牛乳、/鶏こま肉、しめじ、エリンギ、マッシュルーム、たまねぎ、調製豆乳、コンソメ、食塩、上新粉、/食パン、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 鶏肉ときのこの 豆乳スープ トースト	468 22.1 15.2 2.8
28 火	ご飯 キャベツたっぷりメンチカツ 蒸し野菜の甘辛ダレ かぶとわかめの酢味噌和え 豆腐のすまし汁 ヨーグルト	牛乳、/麦茶(浸出液)、/米、/豚ひき肉、キャベツ、たまねぎ、なたね油、食塩、片栗粉、小麦粉、パン粉、揚げ油、中濃ソース、/さつまいも、にんじん、砂糖、しょうゆ、/かぶ、かぶ・葉、生わかめ、きゅうり、砂糖、酢、白みそ、/絹ごし豆腐、たまねぎ、まいたけ、かつおだし汁、食塩、しょうゆ(うすくち)、/ヨーグルト(加糖)、/牛乳、/小麦粉、ベーキングパウダー、シナモン、砂糖、牛乳、バター、干しぶどう、粉糖、パイナップル、干しかき、	◎牛乳 ◎お茶・麦茶 牛乳 ドライフルーツの シナモンケーキ	594 21.6 20.4 3.5

◎28日は誕生会メニューです。

*メニューは都合により変更になる場合があります。



2月離乳食献立



令和4年度

横川さくら保育園

日付	後期	中期	初期
1水	豚肉とキャベツのうどん チンゲンサイサラダ バナナ	豚肉とキャベツのうどん チンゲンサイサラダ バナナ	キャベツのうどん チンゲンサイサラダ バナナ
2木	食パン 鯛と野菜のチーズ煮 ブロッコリーサラダ みかん	パン粥 鯛と野菜のチーズ煮 ブロッコリーサラダ みかん	パン粥 鯛と野菜の煮物 ブロッコリーサラダ みかん
3金	そぼろひじき丼 さつま芋の味噌汁 ヨーグルト	そぼろひじき粥 さつま芋のすまし汁 ヨーグルト	お粥 さつま芋のすまし汁 ヨーグルト
4土	ご飯 豆腐とキャベツの煮物 人参スティック バナナ	お粥 豆腐とキャベツの煮物 ココロ人参 バナナ	お粥 豆腐とキャベツの煮物 人参ペースト バナナ
6月	ご飯 鶏肉とチンゲン菜のとりみ煮 かぶのサラダ バナナ	お粥 鶏肉とチンゲン菜のとりみ煮 かぶのサラダ バナナ	お粥 チンゲン菜のとりみ煮 かぶのサラダ バナナ
7火	ご飯 鯛と小松菜の煮物 里芋の味噌汁 ヨーグルト	お粥 鯛と小松菜の煮物 里芋のすまし汁 ヨーグルト	お粥 鯛と小松菜の煮物 人参のすまし汁 ヨーグルト
8水	豚肉と野菜のあんかけ丼 花野菜サラダ みかん	豚肉と野菜のあんかけ粥 花野菜サラダ みかん	野菜のあんかけ粥 花野菜サラダ みかん
9木	ご飯 鶏肉と豆腐のとりみ煮 野菜の味噌和え バナナ	お粥 鶏肉と豆腐のとりみ煮 野菜の煮物 バナナ	お粥 豆腐のとりみ煮 野菜の煮物 バナナ
10金	食パン ツナとほうれん草のミルク煮 野菜のトマト煮 みかん	パン粥 ツナとほうれん草のミルク煮 野菜のトマト煮 みかん	パン粥 ほうれん草のミルク煮 野菜のトマト煮 みかん
13月	ご飯 鯛と白菜の味噌煮 ポテトサラダ りんご	お粥 鯛と白菜の煮物 ポテトサラダ りんご	お粥 鯛と白菜の煮物 ポテトサラダ りんご
14火	食パン 鶏肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーサラダ みかん	パン粥 鶏肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーサラダ みかん	パン粥 野菜のトマト煮 ブロッコリーサラダ みかん

日付	後期	中期	初期
15水	ご飯 豚肉と葉野菜のおかか煮 かぼちゃの味噌汁 バナナ	お粥 豚肉と葉野菜のおかか煮 かぼちゃのすまし汁 バナナ	お粥 葉野菜のとりみ煮 かぼちゃのすまし汁 バナナ
16木	ご飯 鶏肉とパプリカの煮物 わかめサラダ みかん	お粥 鶏肉とパプリカの煮物 わかめサラダ みかん	お粥 人参の煮物 ペースト野菜 みかん
17金	豆腐と白菜の味噌うどん さつま芋サラダ ヨーグルト	豆腐と白菜のうどん さつま芋サラダ ヨーグルト	豆腐と白菜のうどん さつま芋サラダ ヨーグルト
18土	ご飯 ツナとじゃが芋の煮物 スティック野菜 バナナ	お粥 ツナとじゃが芋の煮物 ココロ野菜 バナナ	お粥 じゃが芋の煮物 野菜ペースト バナナ
20月	ご飯 豚肉と野菜の味噌煮 白菜のすまし汁 バナナ	お粥 豚肉と野菜の煮物 白菜のすまし汁 バナナ	お粥 人参と大根の煮物 白菜のすまし汁 バナナ
21火	ツナトマトパスタ さつま芋サラダ ヨーグルト	ツナトマトパスタ さつま芋サラダ ヨーグルト	トマト粥 さつま芋サラダ ヨーグルト
22水	豚そぼろ丼 里芋の味噌汁 りんご	豚そぼろ粥 里芋のすまし汁 りんご	野菜あんかけ粥 小松菜のすまし汁 りんご
24金	ご飯 豚肉とブロッコリーの煮物 スティック野菜 みかん	お粥 豚肉とブロッコリーの煮物 ココロ野菜 みかん	お粥 ブロッコリーの煮物 人参と大根のペースト みかん
25土	ご飯 高野豆腐と白菜のそぼろ煮 じゃが芋の味噌汁 バナナ	お粥 高野豆腐と白菜のそぼろ煮 じゃが芋のすまし汁 バナナ	お粥 白菜のだし煮 じゃが芋のすまし汁 バナナ
27月	ご飯 鯛の煮物 ほうれん草サラダ バナナ	お粥 鯛の煮物 ほうれん草サラダ バナナ	お粥 鯛の煮物 ほうれん草サラダ バナナ
28火	ご飯 野菜のそぼろ煮 わかめの具沢山すまし汁 ヨーグルト	お粥 野菜のそぼろ煮 わかめの具沢山すまし汁 ヨーグルト	お粥 キャベツの煮物 さつま芋のすまし汁 ヨーグルト

※メニューは都合により変更になる場合があります。

