



# 令和7年 2月献立表



大井・千代川こども園

日	時間帯	献立	材 料 名 録				栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	青 その他	
01 土	お弁当の日						
03 月	昼食	恵方巻き ひじき煮 福豆(※) すまし汁	白米(国産)、砂糖 糸こんにゃく、ごま油	錦糸玉子(卵含む)、ほしのり かまぼこ(卵含む)、ひじき(三重県) 油揚げ、ちりめんじゃこ(インドネシア) さくらでんぶ、福豆、いりこ	ほうれん草(ミャンマー) 人参(長崎)、いんげん(タイ) 大根(長崎)、しめじ(長野)、ねぎ(兵庫)	酢、塩 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁 淡口しょうゆ	エネルギー 539 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 12.5 g カルシウム 286 mg
	午後 おやつ	牛乳 マカロニきなこ	マカロニ、砂糖	牛乳 きなこ		塩	
04 火	昼食	ご飯 さばの焼きおろし煮 ほうれん草のお浸し 豚汁	白米(国産) 油、砂糖 里芋(中国)	豚もも肉(鹿児島)、みそ さば(ノルウェー) いりこ	大根(長崎)、ねぎ(兵庫) ほうれん草(ミャンマー)、もやし(静岡) 人参(長崎)、ごぼう(北海道)	料理酒 塩、濃口しょうゆ 和風だしの素 かつお・昆布だし汁	エネルギー 492 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 11.4 g カルシウム 92 mg
	午後 おやつ	お茶 五平餅	白米(国産) もち米(国産)、砂糖	みそ、白ごま		みりん	
05 水	昼食	ご飯 八宝菜 春巻 わかめスープ	白米(国産) 油、砂糖 片栗粉	絹豆腐、カットわかめ(中国) 豚もも肉(鹿児島) 春巻 いりこ	白菜(長崎)、玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎) 絹さや(中国)、たけのこ(中国) ねぎ(兵庫)	濃口しょうゆ 料理酒 和風だしの素 中華だしの素、塩	エネルギー 552 kcal たんぱく質 25.7 g 脂 質 18.5 g カルシウム 327 mg
	午後 おやつ	牛乳 ケーキサレ	ホットケーキミックス(乳含む)	牛乳 粉チーズ(乳含む)、ワインナー(卵含む)	ほうれん草(ミャンマー)、コーン(アメリカ)		
06 木	昼食	ご飯 ミートボール キャベツサラダ みそ汁	白米(国産) 砂糖、片栗粉、油 マヨネーズ(卵含む)	みそ、油揚げ 肉団子(乳含む) いりこ	玉ねぎ(兵庫)、グリーンピース(インド) キャベツ(愛知)、コーン(アメリカ) もやし(静岡)、人参(長崎)	ケチャップ、コンソメ かつお・昆布だし汁	エネルギー 611 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 26.0 g カルシウム 265 mg
	午後 おやつ	牛乳 ショートブレッド	小麦粉、砂糖	牛乳 無塩バター(乳含む)		塩	
07 金	昼食	ハヤシライス 春雨サラダ オレンジ	白米(国産)、油 春雨 じゃが芋(北海道) マヨネーズ(卵含む)	豚もも肉(鹿児島) いりこ	玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎) キャベツ(愛知) オレンジ(オーストラリア) コーン(アメリカ)	ハヤシルウ、ケチャップ コンソメ ウスターソース	エネルギー 598 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 17.5 g カルシウム 261 mg
	午後 おやつ	牛乳 おからドーナツ	砂糖、油 ホットケーキミックス(乳含む)	牛乳 おから(アメリカ)			
08 土	お弁当の日						
10 月	昼食	ご飯 鶏むね唐揚げ 白菜の和え物 みそ汁	白米(国産) 油、片栗粉	木綿豆腐、みそ 鶏むね肉(熊本) 油揚げ、カットわかめ(中国) いりこ	しょうが(中国) 白菜(長崎) 人参(長崎)、玉ねぎ(兵庫)	料理酒 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 481 kcal たんぱく質 26.1 g 脂 質 11.1 g カルシウム 113 mg
	午後 おやつ	お茶 チャーハン	白米(国産)、油	豚ひき肉(鹿児島) 豚ひき肉(鹿児島)、たまご(香川)	人参(長崎)、玉ねぎ(兵庫)	パセリ粉、塩 濃口しょうゆ、和風だしの素	
11 火	建国記念日						
12 水	昼食	三色どんぶり 大根と揚げの煮物 みそ汁	白米(国産)、油 砂糖	鶏ひき肉(熊本) 油揚げ、細切のり みそ、たまご(香川) いりこ	ほうれん草(ミャンマー)、しょうが(中国) 大根(長崎)、人参(長崎)、絹さや(中国) 白菜(長崎)、えのき(長野)、ねぎ(兵庫)	塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁 料理酒、みりん	エネルギー 577 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 21.6 g カルシウム 307 mg
	午後 おやつ	牛乳 マーラーカオ	油、砂糖 ホットケーキミックス(乳含む)	牛乳 たまご(香川)		濃口しょうゆ	
13 木	昼食	ご飯 アジの胡麻焼き ほうれん草の白和え みそ汁	白米(国産) 油 砂糖 麩	みそ、カットわかめ(中国) あじ(ニュージーランド)、白ごま 木綿豆腐 いりこ	ほうれん草(ミャンマー) 大根(長崎)、玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎)	料理酒、みりん 濃口しょうゆ、塩 かつお・昆布だし汁	エネルギー 512 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 11.2 g カルシウム 210 mg
	午後 おやつ	お茶 きな粉おはぎ	砂糖 白米(国産)、もち米(国産)	きなこ		塩	
14 金	昼食	御飯 凍り豆腐とひき肉の煮物 五目きんぴら みそ汁	白米(国産) 砂糖、片栗粉 糸こんにゃく、ごま油	みそ 鶏ひき肉(熊本)、高野豆腐 豚もも肉(鹿児島)、白ごま いりこ	干しいたけ ごぼう(北海道)、人参(長崎)、いんげん(タイ) ほうれん草(ミャンマー)、しめじ(長野)、ねぎ(兵庫)	みりん、塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 625 kcal たんぱく質 25.7 g 脂 質 24.7 g カルシウム 314 mg
	午後 おやつ	牛乳 ココアロッククッキー	小麦粉、砂糖、油	牛乳 たまご(香川)、無塩バター(乳含む)		ココア	
15 土	お弁当の日						

\*献立にたくさんのメニューがありますので、スプーン、フォーク、お箸の3点セットになっているものをご用意頂き、毎日持たせてください。

また、持ち帰りました、スプーンフォーク、お箸、ケースは毎日きれいに洗ってから翌日持たせてください。

※3日(月)の福豆は、給食では食わずに持ち帰ります。



# 令和7年 2月献立表



大井・千代川こども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
17 月	昼食	御飯 メンチカツ ブロッコリーサラダ けんちん汁	白米(国産) 油 ごま油	木綿豆腐、油揚げ メンチカツ(乳含む) いりこ	ブロッコリー(エクアドル) 大根(長崎)、ねぎ(兵庫) もやし(静岡)、コーン(アメリカ) 人参(長崎)、ごぼう(北海道)	ケチャップ、濃口しょうゆ ウスターソース、塩 酢、淡口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 543 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 22.1 g カルシウム 276 mg
	午後 おやつ	牛乳 おふラスク	麩、砂糖	牛乳 バター(乳含む)			
18 火	昼食	御飯 マーボー豆腐 焼きビーフン 中華スープ	白米(国産) ごま油、砂糖、片栗粉 ビーフン、油	カットわかめ(中国)、木綿豆腐 鶏ひき肉(熊本) 赤みそ、みそ 豚もも肉(鹿児島)、いりこ	人参(長崎)、ねぎ(兵庫) キャベツ(愛知) 玉ねぎ(兵庫)	濃口しょうゆ 生おろし生姜 料理酒 中華だしの素、塩	エネルギー 590 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 13.5 g カルシウム 143 mg
	午後 おやつ	お茶 カレーピラフ	白米(国産)	ウインナー(卵乳含む)	人参(長崎)、玉ねぎ(兵庫)	コンソメ、カレー粉 塩、こしょう	
19 水	昼食	御飯 鶏肉のてんぷら キャベツのゆかり和え みそ汁	白米(国産) 油、片栗粉、小麦粉	木綿豆腐、みそ 鶏むね肉(熊本) いりこ	キャベツ(愛知)、もやし(静岡) 玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎)、ねぎ(兵庫)	ゆかり粉 塩 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁	エネルギー 412 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 11.5 g カルシウム 117 mg
	午後 おやつ	お茶 クラッカー	クラッカー				
20 木	昼食	親子丼 卵の花 すまし汁	白米(国産) 糸コンニャク、砂糖、ごま油	たまご(香川)、鶏もも肉(熊本) おから(アメリカ)、ちくわ 木綿豆腐、カットわかめ(中国) 油揚げ、細切りのり、いりこ	玉ねぎ(兵庫)、ねぎ(兵庫) 人参(長崎) 白菜(長崎)	かつお・昆布だし汁 濃口しょうゆ かつお・昆布だし汁、塩 料理酒、みりん	エネルギー 549 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 22.1 g カルシウム 148 mg
	午後 おやつ	お茶 ソース焼きそば	焼きそば麺、油	豚もも肉(熊本)、青のり	キャベツ(愛知)、玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎)	ウスターソース、塩	
21 金	昼食	ご飯 ミートローフ 添えブロッコリー スパゲティサラダ スープ	白米(国産) パン粉、油、砂糖 スパゲッティ マヨネーズ(卵含む)	牛ひき肉(オーストラリア) 豚ひき肉(鹿児島) 牛乳、たまご(香川) ハム(卵乳含む) いりこ	玉ねぎ(兵庫)、ミックスベジタブル(中国) ブロッコリー(エクアドル) 人参(長崎)、いんげん(タイ) もやし(静岡)、ほうれん草(ミャンマー)	ケチャップ ウスターソース 塩 コンソメ	エネルギー 720 kcal たんぱく質 28.1 g 脂 質 33.1 g カルシウム 306 mg
	午後 おやつ	牛乳 ブラウニー	マーガリン、油 ホットケーキミックス(乳含む)	牛乳 たまご(香川)、ホイップクリーム(乳含む)		ココア(乳含む)	
22 土	お弁当の日 						
24 月	振替休日(天皇誕生日) 						
25 火	昼食	五目御飯 お浸し がんもの含め煮 みそ汁	白米(国産)、糸コンニャク 砂糖 里芋(中国)	鶏もも肉(熊本)、油揚げ がんもどき みそ いりこ	ごぼう(北海道) もやし(静岡)、ほうれん草(ミャンマー) 人参(長崎)、いんげん(タイ) 玉ねぎ(兵庫)、大根(長崎)	料理酒、塩 和風だしの素 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 571 kcal たんぱく質 27.3 g 脂 質 21.8 g カルシウム 400 mg
	午後 おやつ	牛乳 ココロコ揚げ	砂糖、片栗粉、油	牛乳 高野豆腐、きなこ		塩	
26 水	昼食	ご飯 さばの旨煮 白菜の煮浸し みそ汁	白米(国産) 砂糖	みそ さば(ノルウェー) 油揚げ いりこ	玉ねぎ(兵庫) しょうが(中国) 白菜(長崎)、人参(長崎) もやし(静岡)、ほうれん草(ミャンマー)	料理酒 濃口しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁	エネルギー 464 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 12.5 g カルシウム 98 mg
	午後 おやつ	お茶 炊き込みご飯	白米(国産)、砂糖	鶏もも肉(熊本)、油揚げ	しめじ(長野)、人参(長崎)	濃口しょうゆ 料理酒、塩	
27 木	昼食	ご飯 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ みそ汁	白米(国産) 油、小麦粉 マヨネーズ(卵含む) マカロニ	カットわかめ(中国) 鶏むね肉(熊本) 木綿豆腐、みそ、 いりこ	ホールトマト缶(スペイン) グリーンピース(インド) ブロッコリー(エクアドル) 玉ねぎ(兵庫)、人参(長崎)	ケチャップ コンソメ、塩 かつお・昆布だし汁	エネルギー 617 kcal たんぱく質 28.6 g 脂 質 20.0 g カルシウム 272 mg
	午後 おやつ	牛乳 きなこトースト	食パン(乳含む)、砂糖	牛乳 無塩バター(乳含む)、きなこ			
28 金	昼食	ロールパン クリームシチュー コールスローサラダ りんご	ロールパン(乳含む) じゃが芋(北海道)、油 砂糖	鶏もも肉(熊本) いりこ	玉ねぎ(兵庫)、グリーンピース(インド) キャベツ(愛知)、人参(長崎)、コーン(アメリカ) りんご(青森)	クリームシチューの素 酢、塩	エネルギー 395 kcal たんぱく質 12.3 g 脂 質 9.6 g カルシウム 92 mg
	午後 おやつ	お茶 鮭わかめおにぎり	白米(国産)			鮭わかめご飯の素	

\* 午前のおやつは乳児のみです。月・水・金は牛乳、火・木はヨーグルトになります。

\* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

\* 天候や仕入れ先の入荷状況によって表記の原産地とは異なる産地から食材を入荷することがあります。