

令和6年2月

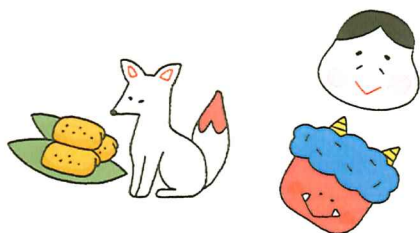


ふじこども園

日	曜	未満児追加食	献立	3色分類			おやつ	離乳食	昼食のエネルギー (Kcal)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
1	木	ごはん おかかふりかけ	照り焼きチキン りんごのサラダ 卵スープ パナナ	おかかふりかけ とりにく ハム たまご すきおみく みそ	こめ さとう あぶら マヨネーズ じゃがいも	コーン キャベツ りんご レタス きゅうり チンゲンサイ えのきたけ 玉葱 パナナ	ミロミル 菓子	白粥 野菜煮	429
2	金	ごはん 煮豆 ●歩くスキー会●	鬼ライス ちくわチース揚げ わかめスープ オレンジ	煮豆 豚ひき肉 うずらたまご ポークウ インナー めいこんソーセージ 竹輪 チー ス わかめ すきおみく みそ	こめ 黒ごま さとう 天ぷら粉 あぶら じゃがいも	玉葱 にんじん 長ねぎ しめじ オレンジ	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	534
3	土	ごはん 一口チース ヤクルト	ぶた丼 かぼちゃコロッケ べったら漬け パナナ	チース ぶたにく やきとうふ ぎ うにゅう みそ	こめ ヤクルト こんにゃく さとう あぶら じゃがいも	しいたけ ビーマン キャベツ 玉 葱 たけのこ水菜 かぼちゃ べ たら漬 パナナ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	325
4	日								
5	月	ごはん 醤油昆布 ジョア	肉じゃが汁 ソーセージ/ディ おかん	ぶたにく やきとうふ ぎょにん ソーセージ ぎゅうにゅう	こめ にゅうさんきんいんりょう じゃがいも こんにゃく さとう あ ぶら	にんじん しいたけ 玉葱 乾椎茸 みかん	牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	308
6	火	ごはん 鮭フレーク	グラタン グリーンサラダ もやしのスープ パイン	さけ とりにく ぎゅうにゅう ピザ用 チース ハム わかめ ベーコン すき おみく とうふ たまご みそ	こめ マカロニ あぶら バター ドレ ッシング ごま さとう ごま油 ホッ ケーキックス じゃがいも	にんじん 玉葱 フロッコリー き ゅうり レタス もやし えのきたけ パインアップル	ミルク ドーナツ	白粥 野菜煮	419
7	水	ごはん フキトマト	ハムチースフライ 春雨サラダ みそ汁(厚揚げ) パナナ	ハム スライスチース なまあげ わかめ みそ とうふ	こめ 薄力粉 パンこ あぶら は るさめ ごま さとう ごま油 ド レッシング	ミニトマト きゅうり にんじん だ いこん パナナ りんごジュース	りんごジュース 菓子	白粥 豆腐煮	438
8	木	ごはん 健骨納豆	醤油ラーメン ぎょうざ オレンジ	挽きわり納豆 しらす干し おかかふり かけ 焼きたまご 板かまぼこ うず らたまご ぎょうざ すきおみく みそ	こめ 生中華めん 棒ふ さとう じゃがいも	長ねぎ もやし ほうれんそう し なちく オレンジ 玉葱	ミロミル 菓子	白粥 野菜煮	629
9	金	ごはん ゆで卵 ●誕生会●	ドライカレー フキドック 福神漬 アイス	うずらたまご 豚ひき肉 すきおみ く みそ	こめ あぶら アイス さとう じゃ がいも	玉葱 にんじん エリンギ ビーマ ン レーズン ふくしんづけ	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	357
10	土	ごはん 一口チース ヤクルト	豚汁 ミートコロッケ パナナ	チース ぶたにく 凍り豆腐 みそ ぎゅうにゅう	こめ ヤクルト じゃがいも こんに ゃく あぶら	にんじん キャベツ 乾椎茸 もや し パナナ 玉葱	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	351
11	日	建国記念の日							
12	月	振替休日							
13	火	ごはん 一口チース ジョア	三色丼 しゅうまい 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ●クッキング(女子)●	チース 豚ひき肉 たまご しゅう まい とうふ わかめ 白みそ す きおみく みそ	こめ にゅうさんきんいんりょう さ とう バター あぶら シリアル ホワイト チョコレート マシュマロ じゃがいも	乾椎茸 さやいんげん にんじん えのきたけ オレンジ 玉葱	ミルク ロックロード	白粥 野菜煮	419
14	水	ごはん すきやきふりかけ	えびフリ ポテトサラダ 中華風スープ キウイ	すきやきふりかけ えびフリッター ハム わかめ	こめ ごま油 あぶら さとう 片 栗粉 じゃがいも マヨネーズ カ ルピス	玉葱 しゅうが きゅうり にんじん 長ねぎ はくさい えのきたけ キ ウイ	カルピス 菓子	白粥 マッシュ和え	226
15	木	ごはん のり佃煮 ●避難訓練●	スパゲティミートソース ハンバーグ 野菜スープ パナナ	のり佃煮 豚ひき肉 ミートソース ハンバーグ すきおみく みそ	こめ スパゲティ あぶら さとう じゃがいも	にんじん 玉葱 ビーマン マッシュ ルーム トマト キャベツ パナナ	ミロミル 菓子	白粥 野菜煮	391
16	金	ごはん フキトマト	さけの塩焼き にぎやきまんじゅう みそ汁(油揚げ) みかん	紅鮭 竹輪 あぶらあげ わかめ とうふ 白みそ すきおみく み そ	こめ ごま さとう	ミニトマト ごぼう ビーマン にん じん れんこん 乾椎茸 だいこん みかん はくさい ほうれんそう	ミルク 菓子	白粥 魚マッシュ	238
17	土	ごはん 一口チース ヤクルト	五目中華丼 春巻き パリッ子漬け オレンジ	チース とりにく いか えび ぎ うにゅう みそ	こめ ヤクルト あぶら ごま油 片栗粉 さとう じゃがいも	きくらげ たけのこ はくさい 乾 椎茸 玉葱 にんじん ビーマン ぱりっ子漬け オレンジ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	334
18	日								
19	月	ごはん じゃこビーマン ジョア	塩ちゃんこ汁 ミニオムレツ フルーツヨーグルト	しらす干し 鶏挽肉 とうふ ミニ オムレツ ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ ごま油 さとう にゅうさん きんいんりょう あぶら じゃがいも	ビーマン はくさい にんじん 長 ねぎ パナナ もも なつみかん キウイ 玉葱	牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	447
20	火	ごはん フキトマト	チースハンバーグ れんこんサラダ みそ汁(お鮭とわかめ) パナナ	ぎゅうにゅう とうふ たまご 豚ひ き肉 ピザ用チース みそ わかめ すきおみく きなこ	こめ あぶら パンこ ごま マヨ ネーズ たまご ぎょうざ さとう マカ ロニ	ミニトマト 玉葱 にんじん れん こん きゅうり 長ねぎ パナナ	ミルク マカロニきな粉	白粥 豆腐煮	496
21	水	ごはん 煮豆	若鶏唐揚げ すきこんが五目煮 すりみ汁 パイン	煮豆 とりにく こんぶ ぶたにく あぶらあげ 竹輪 わかめ すりみ (かに風味) みそ とうふ	こめ 片栗粉 あぶら 薄力粉 こんに ゃく さとう	しょうが にんじん しめじ ビーマ ン 乾椎茸 長ねぎ パインアップ ル りんごジュース	りんごジュース 菓子	白粥 豆腐煮	371
22	木	ごはん 味噌納豆	きつねうどん ちくわ天 みかん	挽きわり納豆 あぶらあげ 板かま ぼこ こんぶ 竹輪 すきおみく みそ	こめ うどん さとう 天ぷら粉 あぶら じゃがいも	ほうれんそう 長ねぎ 乾椎茸 み かん 玉葱	ミロミル 菓子	白粥 野菜煮	460
23	金	天皇誕生日							
24	土	ごはん 一口チース ヤクルト	マーボー豆腐 ポテトフライ オレンジ	チース とうふ 豚ひき肉 みそ ぎゅうにゅう	こめ ヤクルト ごま油 あぶら 片栗粉 さとう じゃがいも	にんじん ビーマン たけのこ し ゅうが 乾椎茸 長ねぎ オレンジ	牛乳 菓子	白粥 豆腐煮	267
25	日								
26	月	ごはん 鮭フレーク ジョア	せんべい汁 ウインナー パナナ	さけ とりにく ポークウインナー ぎゅうにゅう みそ	こめ にゅうさんきんいんりょう さ とう あぶら じゃがいも	ささがきごぼう にんじん まいた け 長ねぎ キャベツ 乾椎茸 パ ナナ 玉葱	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	463
27	火	ごはん フキトマト	豚肉のピカタ マカロニサラダ タンタン風スープ オレンジ	豚肉 たまご ハム 豚ひき肉 み そ すきおみく	こめ 薄力粉 あぶら マカロニ マヨネーズ ごま ごま油 さとう さつまいも じゃがいも	ミニトマト きゅうり にんじん コーン はくさい たら オレンジ 玉葱	ミルク ふかし芋	白粥 野菜煮	426
28	水	ごはん のり玉ふりかけ	魚のてんぷら ピーマン炒め 豆腐としめじのみそ汁 パナナ	たら ベーコン 豚ひき肉 とうふ 白みそ あぶらあげ	こめ てんぷら粉 あぶら ビー フン ごま油 さとう カルピス じゃ がいも	玉葱 にんじん ビーマン しめじ パナナ	カルピス 菓子	白粥 マッシュ和え	373
29	木	ごはん のり佃煮	塩焼きそば ミートボール ワンタンスープ キウイ	のり佃煮 ぶたにく ミートボール わかめ すきおみく みそ	こめ 蒸し中華めん あぶら さ とう じゃがいも	キャベツ もやし にんじん 玉葱 しいたけ ビーマン えのきたけ キウイ	ミロミル 菓子	白粥 野菜煮	403

給食MEMO

■の日はスプーンを持たせてください。
□の日はめん類です。ご飯の量は加減をお願いします。



大豆から作られる食べもの

大豆は様々な食品に加工されています。豆腐
や油揚げ、納豆など和食に欠かせない食材や、
みそ・しょう油といった調味料、豆乳やきな粉



などおやつや材料にな
るものもあります。日々
の食事の中で、
大豆製品を子どもと一
緒に探してみるのもい
いですね。

今日は
何の日？2月14日は
「煮干しの日」

バレンタインデーとして知られていま
すが、「2(に)1(棒)4(し)」の語呂合
わせから、煮干しの日でもあります。
1994年に全国煮干協会が制定しまし
た。

