2024年2月のランチメニュー

1才～1才6カ月ころ

日	曜	献立名		使っている主な材料		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	木	麻婆丼 キャベツのツナ和え 玉子入り中華コーンスープ	オニのパンツクッキー 牛乳	豆腐,豚ミンチ,赤みそ ツナ缶 卵	たまねぎ,人参,青ねぎ キャベツ,人参 ｺｰﾝｸﾘｰﾑ缶,青ねぎ	米,ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 片栗粉,ごま油 きび砂糖 片栗粉
2	金	ちらし寿司 ほうれん草のおかか和え すまし汁	福ボーロ お菓子 牛乳	ちくわ,かにかまぼこ,だし巻卵 刻みのり 糸かつお わかめ	きゅうり,人参 ほうれん草,もやし,人参	米,きび砂糖 きび砂糖 麩
3	土	五目チャーハン 具だくさんスープ	お菓子 ジョア	牛ミンチ	たまねぎ,コーン,人参,青ねぎ 南瓜,キャベツ,ほうれん草,人参	米,ｷｬﾉｰﾗ油
5	月	軟飯 白身魚の塩焼き ひじき煮 味噌汁	豆乳きな粉餅 牛乳	ホキ ひじき,ちくわ 味噌	ブロッコリー 人参,いんげん 小松菜	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 麩
6	火	ハヤシライス マカロニサラダ パイン缶	ジャムサンド 牛乳	豚肉	人参,たまねぎ,パセリ 人参,きゅうり パイン缶	米,ｷｬﾉｰﾗ油 じゃがいも マカロニ,マヨドレ,きび砂糖
7	水	軟飯 柳川風煮 もやしの磯和え 味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	豚肉,卵 刻みのり 豆腐,わかめ,味噌	ごぼう,たまねぎ,人参,青ねぎ もやし,きゅうり,人参	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 きび砂糖
8	木	軟飯 白身魚の香味焼き ブロッコリーの塩麹和え 味噌汁	ぶどうゼリー お菓子 牛乳	たら うすあげ,味噌	青ねぎ,いんげん ブロッコリー,人参 ほうれん草	米 白ごま
9	金	かやくうどん 竹輪のマヨ醤油炒め バナナ	わかめごはんのおにぎり お茶	うすあげ,鶏肉 ちくわ,青のり粉	しめじ,大根,人参,青ねぎ 人参 バナナ	うどん,きび砂糖 マヨドレ,ｷｬﾉｰﾗ油
10	土	肉炒め丼 具だくさん味噌汁	ショコラロール ジョア	豚肉 豆腐,味噌	キャベツ,たまねぎ,人参 南瓜,大根,人参	米,ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖
13	火	カレーライス ひじきサラダ 黄桃缶	ガトーショコラ 牛乳	豚肉 ひじき	人参,たまねぎ グリーンアスパラ,人参,コーン 黄桃缶	米,ｷｬﾉｰﾗ油 じゃがいも マヨドレ,白すりごま,きび砂糖
14	水	軟飯 豚肉の炒め物 大豆煮 味噌汁	おにぎり お茶	豚肉 大豆 わかめ,味噌	たまねぎ,にら,人参 椎茸,人参,いんげん 大根	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 きび砂糖

★0、1歳クラスは9：30に牛乳とおやつがあります。

☆食材仕入れの都合で、献立を多少変更することがあります。

★赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。

今月の栄養量（月平均）
エネルギー：495Kcal
たんぱく質：18.4ｇ
脂質：14.1ｇ
食塩相当量：1.3ｇ

泉北花園こども園

日	曜	献立名				
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
15	木	ウインナーピラフ 花野菜サラダ スープ	ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｸﾗｯｶｰｻﾝﾄﾞ 牛乳	レバー入りソーセージ	たまねぎ,コーン,人参,ピーマン ブロッコリー,カリフラワー,人参 小松菜,かぶ	米,ｷｬﾉｰﾗ油 マヨドレ,きび砂糖
16	金	軟飯 鶏肉の照り焼き しろなの煮浸し 味噌汁	コーンフレーク 牛乳	鶏肉 味噌	大根,人参 青菜,はくさい,人参 ごぼう,たまねぎ,青ねぎ	米 きび砂糖,マヨドレ きび砂糖
19	月	軟飯 白身魚の塩麹焼き 切干大根煮 味噌汁	りんごゼリー お菓子 牛乳	ホキ うすあげ 味噌	ブロッコリー 切干大根,人参,いんげん ほうれん草,えのき	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖
20	火	軟飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 ほうれん草のごま和え すまし汁	きな粉マカロニ 牛乳	豚肉,厚あげ,味噌 ちくわ わかめ	たまねぎ,人参,青ねぎ ほうれん草,人参 しめじ,たまねぎ	米 きび砂糖 白すりごま,きび砂糖
21	水	ロールパン クリームシチュー グリーンサラダ パイン缶 ジョア	かやくおにぎり お茶	鶏肉,豆乳 ジョア	人参,たまねぎ,ほうれん草 キャベツ,きゅうり,コーン パイン缶	NEGバターロール じゃがいも,ｷｬﾉｰﾗ油,シチューの王子様 マヨドレ,きび砂糖
22	木	軟飯 鶏肉のはちみつﾚﾓﾝ風味焼き 高野豆腐煮 味噌汁	じゃが芋もち 牛乳	鶏肉 高野豆腐 味噌	レモン,レモン汁,ブロッコリー 人参,いんげん キャベツ,たまねぎ,青ねぎ	米 はちみつ,片栗粉 きび砂糖
24	土	お弁当日	お菓子 ジョア			
26	月	☆お誕生日会☆ ふりかけごはん 鶏肉のパン粉焼き スパゲティサラダ スープ ミニゼリー	キャロット蒸しパン 牛乳	鶏肉 ツナ缶	パセリ,ブロッコリー きゅうり,人参 たまねぎ,人参	米 パン粉,ｷｬﾉｰﾗ油 スパゲティ,マヨドレ,きび砂糖 ミニゼリー
27	火	軟飯 豚肉の炒め物 いんげんのおかか和え 味噌汁	ココアトースト 牛乳	豚肉 糸かつお 味噌	たまねぎ,人参,ピーマン いんげん,人参 もやし,青ねぎ	米 きび砂糖,ｷｬﾉｰﾗ油 きび砂糖 麩
28	水	軟飯 白身魚のごまだれがけ 人参しりしり 味噌汁	麩のラスク オレンジ 牛乳	たら ツナ缶 うすあげ,味噌	南瓜 人参,コーン キャベツ	米 きび砂糖,白すりごま,白ごま ｷｬﾉｰﾗ油
29	木	ﾍﾞｰｺﾝとほうれん草のｽﾊﾟｹﾞﾃｨ ポテトサラダ スープ	しょうゆだれの五平もち お茶	カットベーコン	たまねぎ,人参,しめじ,ほうれん草 人参,きゅうり はくさい,コーン	スパゲティ,ｷｬﾉｰﾗ油,大豆バター じゃがいも,マヨドレ,きび砂糖

2024年2月のランチメニュー

乳幼児食

日	曜	献立名		使っている主な材料		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	木	麻婆丼 キャベツのツナ和え 玉子入り中華コーンスープ	オニのパンツクッキー 牛乳	豆腐,豚ミンチ,赤みそ ツナ缶 卵	たまねぎ,人参,青ねぎ,土生姜 キャベツ,人参 ｺｰﾝｸﾘｰﾑ缶,青ねぎ	米,ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖,片栗粉 ごま油 きび砂糖 片栗粉
2	金	手巻き寿司 ほうれん草のおかか和え すまし汁	福ボーロ お菓子 牛乳	ちくわ,かにかまぼこ,だし巻卵 焼のり 糸かつお わかめ	きゅうり,人参 ほうれん草,もやし,人参	米,きび砂糖,マヨドレ きび砂糖 麩
3	土	五目チャーハン 具だくさんスープ	お菓子 ジョア	牛ミンチ	たまねぎ,コーン,人参,青ねぎ 南瓜,キャベツ,ほうれん草,人参	米,ｷｬﾉｰﾗ油
5	月	ごはん さばの塩焼き (1歳：白身魚の塩焼き) ひじき煮 味噌汁	豆乳きな粉餅 牛乳	 サバ ホキ ひじき,ちくわ 味噌	 ブロッコリー 人参,いんげん 小松菜	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 麩
6	火	ハヤシライス マカロニサラダ パイン缶	ジャムサンド 牛乳	豚肉	人参,たまねぎ,パセリ 人参,きゅうり パイン缶	米,ｷｬﾉｰﾗ油,ハヤシルウ じゃがいも マカロニ,マヨドレ,きび砂糖
7	水	ごはん 柳川風煮 もやしの磯和え 味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	 豚肉,卵 刻みのり 豆腐,わかめ,味噌	 ごぼう,たまねぎ,人参,青ねぎ もやし,きゅうり,人参	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 きび砂糖
8	木	ごはん 白身魚の香味焼き ブロッコリーの塩麹和え 味噌汁	ぶどうゼリー お菓子 牛乳	 たら うすあげ,味噌	 土生姜,青ねぎ,いんげん ブロッコリー,人参 ほうれん草	米 白ごま
9	金	かやくうどん 竹輪のマヨ醤油炒め バナナ	わかめごはんのおにぎり お茶	うすあげ,鶏肉 ちくわ,青のり粉	しめじ,大根,人参,青ねぎ 人参 バナナ	うどん,きび砂糖 マヨドレ,ｷｬﾉｰﾗ油
10	土	肉炒め丼 具だくさん味噌汁	ショコラロール ジョア	豚肉 豆腐,味噌	キャベツ,たまねぎ,人参,土生姜 南瓜,大根,人参	米,ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖
13	火	カレーライス ひじきサラダ 黄桃缶	ガトーショコラ 牛乳	豚肉 ひじき	人参,たまねぎ グリーンアスパラ,人参,コーン 黄桃缶	米,カレールウ,ｷｬﾉｰﾗ油 じゃがいも マヨドレ,白すりごま,きび砂糖
14	水	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 大豆の五目煮 味噌汁	おにぎり お茶	 豚肉 大豆 わかめ,味噌	 たまねぎ,にら,人参,土生姜,にんにく 椎茸,人参,いんげん 大根	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖 こんにゃく,きび砂糖

★0、1歳クラスは9：30に牛乳とおやつがあります。

☆食材仕入れの都合で、献立を多少変更することがあります。

★赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。

今月の栄養量（月平均3～5歳）
エネルギー：594Kcal
たんぱく質：21.3ｇ
脂質：15.8ｇ
食塩相当量：1.5ｇ

今月の栄養量（月平均1～2歳）
エネルギー：541Kcal
たんぱく質：19.3ｇ
脂質：15.5ｇ
食塩相当量：1.4ｇ

泉北花園こども園

日	曜	献立名		使っている主な材料		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
15	木	ウインナーピラフ 花野菜サラダ スープ	ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰクラッカーサンド 牛乳	レバー入りソーセージ	たまねぎ,コーン,人参,ピーマン ブロッコリー,カリフラワー,人参 小松菜,かぶ	米,ｷｬﾉｰﾗ油 マヨドレ,きび砂糖
16	金	ごはん 鶏肉の照り焼き しろなの煮浸し 味噌汁	コーンフレーク 牛乳	 鶏肉 味噌	 大根,人参 青菜,はくさい,人参 ごぼう,たまねぎ,青ねぎ	米 きび砂糖,マヨドレ きび砂糖
19	月	ごはん 白身魚の塩麹焼き 切干大根煮 味噌汁	りんごゼリー お菓子 牛乳	 ホキ うすあげ 味噌	 ブロッコリー 切干大根,人参,いんげん ほうれん草,えのき	米 ｷｬﾉｰﾗ油,きび砂糖
20	火	ごはん 豚肉と厚揚げの味噌煮 ほうれん草のごま和え すまし汁	きな粉マカロニ 牛乳	 豚肉,厚あげ,味噌 ちくわ わかめ	 たまねぎ,人参,青ねぎ ほうれん草,人参 しめじ,たまねぎ	米 こんにゃく,きび砂糖 白すりごま,きび砂糖
21	水	ロールパン クリームシチュー グリーンサラダ パイン缶 ジョア	かやくおにぎり お茶	 鶏肉,豆乳 ジョア	 人参,たまねぎ,ほうれん草 キャベツ,きゅうり,コーン パイン缶	NEGバターロール ｷｬﾉｰﾗ油,クリームルウ,じゃがいも マヨドレ,きび砂糖
22	木	ごはん 鶏肉のはちみつﾚﾓﾝ風味焼き 高野豆腐煮 味噌汁	じゃが芋もち 牛乳	 鶏肉 高野豆腐 味噌	 レモン,レモン汁,ブロッコリー 人参,いんげん キャベツ,たまねぎ,青ねぎ	米 はちみつ,片栗粉 きび砂糖
24	土	お弁当日	お菓子 ジョア			
26	月	☆お誕生日会☆ ふりかけごはん 鶏肉のパン粉焼き スパゲティサラダ スープ ミニゼリー	キャロット蒸しパン 牛乳	 鶏肉 ツナ缶	 パセリ,ブロッコリー きゅうり,人参 たまねぎ,人参	 米 パン粉,ｷｬﾉｰﾗ油 スパゲティ,マヨドレ,きび砂糖 ミニゼリー
27	火	ごはん 豚肉のカレー風味炒め いんげんのおかか和え 味噌汁	ココアトースト 牛乳	 豚肉 糸かつお 味噌	 たまねぎ,人参,ピーマン いんげん,人参 もやし,青ねぎ	米 きび砂糖,ｷｬﾉｰﾗ油 きび砂糖 麩
28	水	ごはん さばのごまだれがけ (1歳：白身魚のごまだれがけ) 人参しりしり 味噌汁	麩のラスク オレンジ 牛乳	 サバ たら ツナ缶 うすあげ,味噌	 南瓜 人参,コーン キャベツ	米 きび砂糖,白すりごま,白ごま ｷｬﾉｰﾗ油
29	木	ﾍﾞｰｺﾝとほうれん草のｽﾊﾟｹﾞﾃｨ ポテトサラダ スープ	しょうゆだれの五平もち お茶	カットベーコン	たまねぎ,人参,しめじ,ほうれん草 人参,きゅうり はくさい,コーン	スパゲティ,ｷｬﾉｰﾗ油,大豆バター じゃがいも,マヨドレ,きび砂糖