

2025年度

2月献立（幼児食用）

下馬鳩ぽっぽ保育園

日 曜	献立名	おやつ 午後 午前	材 料 名		
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2 16 /月	ご飯 油淋鶏 炒めキャベツの春雨サラダ モヤシわかめスープ	牛乳 わらびもち	米／ごま油／薄力粉／か たくり粉／きび糖／普通 はるさめ／ごま／くすで ん粉／上白糖／黒砂糖／ 水あめ(酵素糖化)	鶏もも肉／焼き竹輪／生 わかめ／牛乳／きな粉(大 豆)	サラダ菜／ねぎ／キャベツ／ きゅうり／りょくとうもやし／ にんじん／はくさい
3 /火	鮭と菜の花の混ぜご飯 やさしい豆 いわしのつみれ団子汁 くだもの	牛乳 鬼まんじゅう	米／ごま／しらたき／な たね油／きび糖／かたく り粉／さといも／さつま いも／薄力粉	塩ざけ／大豆(国産、ゆで) ／刻み昆布／まいわし／ 鶏ひき肉／甜面醬／牛乳	和種なばな／だけのご水煮／に んじん／ごぼう／玉葱／しょう が／だいこん／ねぎ／いちご
17 /火	ソフトフランス ファラフェル せん切りキャベツ 鶏と野菜のスープ	ミルクティ 豆花	フランスパン／じゃがい も／オリーブ油／パン粉 (生)／薄力粉／なたね油／ きび糖／上白糖／はちみつ ／黒砂糖	ひよこまめ(ゆで)／たま ご／鶏もも肉／牛乳／絹 ごし豆腐／豆乳／寒天／ きな粉(大豆)	玉葱／にんにく／サラダ菜／ キャベツ／きゅうり／にんじん ／セロリー／生しいたけ／トマ ト／パセリ
4 18 /水	ご飯 さつま芋と豚肉の甘辛煮 梅おかかツナと水菜サラダ きのこのみそ汁	牛乳 りんごクッキー	米／さつまいも／なたね 油／きび糖／ごま油／薄 力粉	豚もも肉／まぐろ缶詰(水 煮ルー・クイ)／かつお加工品 (かつお節)／焼きのり／鶏 もも肉／麦みそ／牛乳／ たまご	にんじん／さやいんげん／し ょうが／みずかけな／きゅうり／ 梅(塩漬)／生しいたけ／えのき たけ／なめこ／はくさい／りん ご
5 19 /木	スパゲティナポリタン グリーンポテトサラダ 鶏と野菜のスープ	牛乳 玄米入り煮干しチャーハン	マカロニ・スパゲッティ／ なたね油／じゃがいも／ オリーブ油／水稲穀粒(玄 米)／米／ごま油	ウィンナー／バルメザン チーズ／焼きのり／鶏ム ネ肉／牛乳／かたくちい わし(煮干し)	玉葱／にんじん／青ピーマン／ ぶなしめじ／レモン(果汁、生)／ きゅうり／葉ねぎ／セロリー／ 生しいたけ／キャベツ／トマト ／にんにく／パセリ
6 /金	ご飯 厚揚げの竜田揚げ ジャコサラダ せんべい汁	麦茶 サバサンド	米／かたくり粉／きび糖 ／なたね油／サフラワー 油／ごま油／南部せんべ い／コッペパン／薄力粉 ／オリーブ油	生揚げ／生わかめ／しら す干し(半乾燥品)／鶏もも 肉／まさば	しょうが／にんにく／だいこん ／きゅうり／レタス／ごぼう ／えのきたけ／キャベツ／ねぎ ／玉葱／トマト缶詰(ホール)／レ モン(果汁、生)
20 /金	ご飯 厚揚げの竜田揚げ ジャコサラダ せんべい汁	牛乳 炭酸まんじゅう	米／かたくり粉／きび糖 ／なたね油／サフラワー 油／ごま油／南部せんべ い／薄力粉／上白糖	生揚げ／生わかめ／しら す干し(半乾燥品)／鶏もも 肉／牛乳／あずき(乾)	しょうが／にんにく／だいこん ／きゅうり／レタス／ごぼう ／えのきたけ／キャベツ／ねぎ
7 21 /土	チキンライス サイコロサラダ ジュリエンスープ	牛乳 蒸しパン	米／なたね油／じゃがい も／きび糖／薄力粉／上 白糖	鶏もも肉／豚もも肉／牛 乳	玉葱／青ピーマン／にんじん ／キャベツ／さやいんげん／とう もろこし缶詰(ホール)／えのきたけ ／パセリ／干しぶどう
9 月 25 水	まるで春巻き丼 きゅうりと鶏肉のサラダ 大根とニラの中華スープ	牛乳 じゃがバターとくだもの	米／はるまきの皮／普通 はるさめ(乾)／ごま油／き び糖／じゃがいも／無塩 バター	豚ひき肉／鶏ムネ肉／生 わかめ／鶏ひき肉／牛乳	青ピーマン／にんじん／生しい たけ／玉葱／にんにく／きゅう り／トマト／レタス／しょうが ／だいこん／ねぎ／にら／りん ご
10 24 /火	食パン フィッシュ&チップス キャベツとハムのサラダ ブロッコリー入りコーンス	牛乳 おかかおにぎり	食パン／薄力粉／かたく り粉／米油／じゃがいも ／オリーブ油／てんさい 糖／無塩バター／米	すけとうだら／ロースハ ム／ベーコン／牛乳／か つお加工品(かつお節)	キャベツ／きゅうり／ブロッ コリー／玉葱／にんじん／とうも ろこし缶詰(ホール)
12 26 /木	ご飯 ボークビーンズ にんじんのきな胡麻サラダ 野菜スープ	麦茶 ココアプリン くだもの	米／なたね油／ごま／き び糖／じゃがいも／コー ンスターチ／上白糖	大豆(国産、乾)／豚ひき肉 ／ベーコン／きな粉(大 豆)／鶏ひき肉／牛乳／ 寒天	ごぼう／玉葱／にんにく／トマ ト缶詰(ホール)／にんじん／だ いこん／きゅうり／えのきたけ ／キャベツ／マッシュルーム／ パナナ
13 27 /金	カレーうどん 揚げじゃが納豆和え わかめの酢の物	牛乳 プチスティック 小丸ちゃん	干しうどん(乾)／なたね油 ／じゃがいも／きび糖	豚もも肉／糸引納豆／バ ルメザンチーズ／生わか め／牛乳	にんじん／玉葱／ねぎ／葉ねぎ ／キャベツ／きゅうり／温州蜜 柑缶詰(果肉)
14 28 /土	鶏のゴマ味噌丼 ひじきの煮物 鶏としめじのみそ汁	牛乳 抹茶クッキー	米／ごま／きび糖／なた ね油／ごま油／薄力粉	鶏もも肉／甜面醬／焼き のり／干ひじき(75%以上 乾)／鶏ひき肉／鶏胸肉(皮 なし)／麦みそ／牛乳	ねぎ／玉葱／にんじん／とうも ろこし／ぶなしめじ／はくさい
月 平 均 栄 養 価		エネルギー 脂 質	535kcal 16.4g	タンパク質 食塩相当量	20.3g 1.5g