



# 2月の給食献立表



令和3年1月29日  
北平田保育園

日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)	午前おやつ		
1	月		生姜焼き お浸し みそ汁・バナナ	片栗粉・油	豚もも肉・厚揚げ 味噌・煮干し	玉葱・生姜・白菜・小松菜 人参・大根・バナナ	ぶどうジュース	ラクトフェリンヨーグルト (フルーツソース)	E383 F15.6 P19.8食塩2.7
2	火	豆まき	恵方巻 野菜のピーナッツ和え 鰯のつみれ汁・みかん	ごはん・炒りごま マヨネーズ・砂糖 ピーナッツ・片栗粉	焼きのり・ツナ 鰯・さば節・昆布	きゅうり・人参・ブロッコリー キャベツ・コーン・葱・生姜 ごぼう・椎茸・みかん	バナナ	★鬼まんじゅう 牛乳	
3	水	サッカー	照り焼きチキン マカロニサラダ みそ汁・りんご	砂糖・油 マカロニ マヨネーズ	鶏もも肉・ハム わかめ・味噌 煮干し	きゅうり・人参・コーン 大根・りんご	星たべよ 麦茶	★ホットケーキ 牛乳	E399 F20.0 P17.7食塩2.3
4	木		おでん ごま和え ふりかけ・デコポン	砂糖・すりごま	うずら卵・厚揚げ 豚もも肉・ちくわ さつま揚げ・昆布	大根・人参・小松菜・キャベツ デコポン	りんご	★むきそば風	E373 F16.3 P17.2食塩2.0
5	金	にこにこ広場	パン・ハンバーグ 茹で野菜・フライドポテト コーンスープ・バナナ	パン・マヨネーズ 油・じゃが芋	豚挽肉・チーズ 卵・牛乳・鶏ガラ	玉葱・人参・トマト・キャベツ ブロッコリー・コーン バナナ	りんごジュース	ばかうけ ☆りんごジュース	
6	土		すき焼き風煮 みそ汁・ふりかけ バナナ	砂糖・油 焼麩	豚肩肉・豆腐 味噌・煮干し	白菜・玉葱・人参 しらたき・葱・椎茸 バナナ		お菓子 牛乳	E374 F17.2 P15.2食塩1.5
8	月	サッカー	麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ・りんご	ごま油・砂糖 片栗粉・春雨	豆腐・豚挽肉・味噌 卵・わかめ・鶏ガラ	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく キャベツ・きゅうり・えのき りんご	バナナ	ラクトフェリンヨーグルト (フルーツソース)	E306 F11.8 P16.1食塩2.4
9	火	平田小 保育参観	白菜の肉団子スープ きんぴらごぼう バナナ	片栗粉・春雨 ごま油・砂糖	鶏挽肉・昆布 かつお節 さつま揚げ	玉葱・生姜・白菜・椎茸 ほうれん草・ごぼう・人参 バナナ	マンナビスケット 麦茶	★ピザトースト 牛乳	E252 F4.7 P12.1食塩1.4
10	水	誕生会	広東ラーメン ゼリーアラモード	中華麺・ごま油 片栗粉・ゼリー	豚もも肉・うずら卵 ナルト・エビ・ハム 鶏ガラ・昆布	白菜・ほうれん草・葱・人参 生姜・にんにく・みかん	みかんジュース	★ケーキ 麦茶	E602 F15.7 P24.9食塩3.4
12	金		鱈フライ ポテトサラダ みそ汁・みかん	薄力粉・パン粉 油・マヨネーズ じゃが芋	鱈・味噌・煮干し	きゅうり・人参・キャベツ しめじ・みかん	りんご	純米せんべい 野菜ジュース	E421 F18.1 P16.4食塩2.0
13	土		コーンシチュー ふりかけ 野菜ジュース・バナナ	じゃが芋・油	鶏もも肉・牛乳	玉葱・人参・しめじ バナナ・野菜ジュース		お菓子 牛乳	E389 F11.4 P16.1食塩2.0
15	月		スパニッシュオムレツ 温野菜・ふりかけ コンソメスープ・りんご	油・マヨネーズ	卵・ベーコン チーズ・鶏ガラ	玉葱・トマト・ピーマン・キャベツ セロリ・マッシュルーム・コーン 南瓜・ブロッコリー・人参・りんご	みかん	ラクトフェリンヨーグルト (フルーツソース)	E464 F25.6 P16.4食塩1.8
16	火	一日入園 入園説明会	鰯の照り焼き すき昆布煮 すまし汁・みかん	砂糖・油 焼麩	鰯・昆布・薄揚げ さば節・昆布	しらたき・人参・ほうれん草 椎茸・みかん	さつま芋の甘煮 麦茶	★おかかチーズおにぎり 麦茶	E357 F15.7 P15.4食塩1.6
17	水	役員開票	スパイシーチキン コールスロー・デコポン かぶのホワイトスープ	片栗粉・油 バター	鶏もも肉・ベーコン 豆乳・鶏ガラ	にんにく・キャベツ・きゅうり コーン・人参・かぶ・玉葱 ほうれん草・デコポン	バナナ	★お豆腐きな粉ドーナツ 牛乳	E461 F24.6 P17.9食塩1.5
18	木		ごはん・肉じゃが お浸し・チーズ納豆 みそ汁・りんご	ごはん・じゃが芋 砂糖	豚もも肉・昆布 納豆・チーズ わかめ・味噌・煮干し	玉葱・しらたき・人参・しめじ もやし・ほうれん草 りんご	ビスコ 麦茶	★メロンパン 牛乳	
19	金	かもしかクラブ 修了式 納付書	鰯の香味揚げ 根菜ひじきサラダ みそ汁・みかん	片栗粉・油 砂糖・すりごま	鰯・ひじき・大豆 味噌・煮干し	にんにく・生姜・蓮根・人参 ブロッコリー・小松菜 みかん	りんごジュース	源氏パイ 牛乳	E433 F24.7 P18.8食塩1.9
20	土		肉汁 ふりかけ 野菜ジュース・バナナ	じゃが芋	豚もも肉・厚揚げ 味噌・煮干し	人参・ごぼう・しめじ つきこん・葱・野菜ジュース バナナ		お菓子 牛乳	E327 F10.2 P17.1食塩1.9
22	月		スキャルポポテト 甘酢和え・のり佃煮 ほうれん草スープ・ボンカン	じゃが芋・砂糖 薄力粉・バター すりごま	ウインナー・チーズ 牛乳・のり・豆腐 鶏ガラ	玉葱・もやし・きゅうり ほうれん草・人参・コーン ボンカン	バナナ	ラクトフェリンヨーグルト (フルーツソース)	E369 F16.3 P14.8食塩2.3
24	水		鶏肉のコロコロミルクスープ ツナサラダ 味付けのり・バナナ	じゃが芋・バター 油	鶏もも肉・ベーコン 鶏ガラ・牛乳 のり	玉葱・人参・コーン 椎茸・キャベツ・きゅうり バナナ	みかん	★コーンチーズトースト 牛乳	E532 F22.3 P24.8食塩2.2
25	木	バス代振替日	ごはん・サーモン焼き ピーマンと野菜のソテー みそ汁・いよかん	ごはん・ピーマン 油・ごま油	鮭・ベーコン 厚揚げ・味噌・煮干し	キャベツ・玉葱・人参 ピーマン・椎茸・小松菜 いよかん	粉ふき芋 麦茶	★五平餅 麦茶	E349 F2.0 P20.3食塩2.0
26	金		手作りさつま揚げ ごま和え・ゆかり みそ汁・バナナ	油・片栗粉 砂糖・すりごま 焼麩	白身魚すり身 味噌・煮干し	ごぼう・人参・玉葱・コーン もやし・ほうれん草・人参 大根・しそ・バナナ	野菜ジュース	プリン	E350 F15.3 P19.0食塩2.4
27	土		豚丼風 みそ汁 バナナ	砂糖	豚肩肉・味噌 煮干し・わかめ	キャベツ・玉葱・しらたき 人参・椎茸・生姜 バナナ		お菓子 牛乳	E293 F12.4 P13.1食塩0.8

- 完全給食の日
- 庄内浜魚デー
- お魚の日

★手作りおやつの日  
☆未満児牛乳



2月のにこにこ広場のメニューを考えてくれたのは  
しゅんやくん、かずまくん、りっかさん、  
みやとくん、りょうたくんです。

