



2024年2月献立表（乳児食）

社会福祉法人 都島友の会
都島友乳児保育センター
幼保連携型認定こども園 友測児童センター分園

日曜日	開食 10時	献立名 (昼食)	おやつ (3時)	延長 (6時)	黄 色			赤 色			緑 色			栄養価				
					熱ゆかになる エネルギー源	血や肉になる たんぱく質源	体の調子をよくする ビタミン・ミネラル源	米	肉	魚	大豆	卵	野菜	穀類	肉類	魚類	野菜	果物
1	牛乳 ソフト せんべい	ご飯 レバーの甘辛煮 鮭のチャン焼き (北海道) すまし汁	牛乳 サーター アンダギー (沖縄県)	焼き芋	米	鮭 鶏肝臓 卵	しめじ茸 玉葱 キャベツ	508	22	14.1	230	2.3						
2	牛乳 ミニサラダ	ツナと胡瓜の細巻き寿司 鶏肉の味噌焼き のっぺい汁 (新潟県)	牛乳 プリン	ばりんこ きなこもち	米	ツナ のり 鶏肉	胡瓜 人参 葉ねぎ 絹さや	552	24.8	25.5	251	1.3						
3		発表会																
5	牛乳 ソフト せんべい	ご飯 ニラ卵スープ キャベツ入りマーボ豆腐 春雨サラダ	牛乳 黒糖蒸しパン	オープン ポテト	米	豆腐 豚肉 牛乳 竹輪 卵	玉葱 人参 キャベツ 生姜 葉ねぎ 胡瓜 ニラ 干しぶどう	496	17.7	16.3	298	1.8						
6	牛乳 ミニサラダ	ご飯 鯖のごま味噌焼き 卵の花 すまし汁 (芋煮) (山形県)	牛乳 お好み焼き (大阪府)	ルヴァン 揚げもち	米	ごま 天かす こんにゃく 里芋 小麦粉	人参 なばな 干し椎茸 白ねぎ キャベツ 葉ねぎ	474	23	16.5	255	2.2						
7	牛乳 ラムネ	アマランサスご飯 みそ汁 がめ煮 (福岡県) パナナ きゅうりとしらすの酢の物	牛乳 ピザトースト	パンケーキ	米	アマランサス こんにゃく 里芋 食パン	大根 人参 だけのこ 葉ねぎ インゲン 胡瓜 コーン 玉葱 干し椎茸 パナナ ビーマン	512	21	16.5	310	1.5						
8	牛乳 ソフト せんべい	ちゃんぽん (長崎県) 鯖の磯辺揚げ 胡瓜のおかか和え	お茶 たご飯おにぎり (兵庫県)	バナナ	中華種 米 小麦粉	豚肉 鯖 おから 鶏肉 牛乳 青のり	人参 キャベツ 玉葱 きくらげ コーン 葉ねぎ 胡瓜 もやし	482	21.8	10.8	141	1						
9	牛乳 ミニサラダ	パン コンソメスープ チキン南蛮 (宮崎県) みかん 添え野菜 スパゲティソース	牛乳 あまじゃこ 鬆ラスク	ぼたぼた焼き ラムネ	パン 鬆 スパゲティ	鶏肉 卵 じゃこ 牛乳	胡瓜 玉葱 コーン パセリ ブロッコリー 人参 南瓜 チンゲン菜 白菜 みかん	528	22.1	25.4	279	1.6						
10	お茶 ラムネ	豚肉丼ぶり お浸し みそ汁	お茶 ぼたぼた焼き いしやきいも		米 里芋	豚肉	玉葱 もやし 青ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 えのき茸											
12		振替休日																
13	牛乳 ミニサラダ	カレーライス 大根サラダ オレンジ	牛乳 ヨーグルトケーキ	ばりんこ きなこもち	米	じゃが芋 小麦粉	玉葱 人参 大根 胡瓜 オレンジ レモン	569	15.8	20.7	245	1.6						
14	牛乳 ラムネ	ご飯 ツナオムレツ ごぼうサラダ みそ汁	牛乳 ハートのコロッケ	バナナ	米	ごま じゃが芋 パン粉 さつま芋 小麦粉	玉葱 人参 ブロッコリー ごぼう 胡瓜 小松菜	502	17.6	20.6	271	2.1						
15	牛乳 ソフト せんべい	ご飯 みそ汁 りんご 豆腐チャンプル (沖縄県) 小松菜のごま酢和え	牛乳 スティックパン	ルヴァン 揚げもち	米	ごま パン	人参 もやし キャベツ 玉葱 小松菜 いら りんご 大根 葉ねぎ	493	18.7	17.3	379	2.1						
16	牛乳 ミニサラダ	ご飯 みそ汁 フルコキ風炒め物 レンコンツナサラダ	牛乳 さつま芋 スティック	ぼたぼた焼き ラムネ	米	ごま 春雨 さつま芋	にんにく 人参 玉葱 葉ねぎ レンコン ビーマン 胡瓜 小松菜 しめじ茸	471	16.9	16.8	254	2						
17	お茶 ラムネ	焼きそば ブロッコリーサラダ スープ	お茶 ばりんこ ルヴァン		中華種	豚肉	人参 玉葱 キャベツ ブロッコリー コーン 青梗菜 大根											
19	牛乳 ソフト せんべい	アマランサスご飯 みそ汁 鶏肉のカレー焼き もやしサラダ	牛乳 量たべよ りんご寒天	スイート ポテト	米	鶏肉 さつま揚げ 牛乳 寒天	パセリ リンゴ もやし キャベツ 人参 小松菜 えのき茸	455	18.4	15.8	224	1.6						
20	牛乳 ミニサラダ	わかめご飯 ぶりのよせ鍋 みかん	牛乳 オープンポテト	ほうれん草 パンケーキ	米	じゃが芋	大根 人参 白菜 えのき茸 白ねぎ みかん	539	22.4	21.9	219	1.6						
21	牛乳 ラムネ	五目混ぜご飯 若ごぼうと厚揚げの煮浸し みそ汁	牛乳 マドレーヌ	ばりんこ きなこもち	米	バター 小麦粉	人参 玉葱 人参 干し椎茸 絹さや えのき茸 若ごぼう ごぼう 葉ねぎ	512	17.4	21.3	284	1.2						
22	牛乳 ソフト せんべい	燕込みうどん 鶏肉の天ぷら (大分県) 南瓜サラダ	お茶 葉の花おにぎり	スノー クッキー	うどん玉 米 小麦粉	鶏肉 豚肉 油揚げ しらす	人参 白菜 大根 生姜 南瓜 胡瓜 小松菜 なばな コーン	475	21.2	14.6	175	1.4						
23		天皇誕生日																
24	お茶 ラムネ	チャーハン 野菜サラダ スープ	お茶 ぼたぼた焼き いしやきいも		米	豚肉	人参 玉葱 パセリ コーン 大根 キャベツ ブロッコリー 白菜											
26	牛乳 ソフト せんべい	麦ご飯 みそ汁 鶏の照り焼き 白菜のごま和え	牛乳 あまじゃこ きな粉バナナ	ココア 蒸しパン	米	押麦 ごま	白菜 人参 えのき茸 小松菜 バナナ	459	21.2	16.5	286	2.1						
27	牛乳 ミニサラダ	ご飯 みそ汁 りんご 鮭の塩こうじ焼き 昆布と豚肉の炒め物 (沖縄県)	牛乳 芋もち (北海道)	バナナ	米	じゃが芋 こんにゃく	人参 インゲン 生姜 玉葱 葉ねぎ りんご	424	19.7	13.1	264	1.5						
28	牛乳 ラムネ	ぶりかけご飯 関東炊き (おでん) (東京都) バナナ	牛乳 ジャムサンド	ルヴァン 揚げもち	米	じゃが芋 パン ジャム こんにゃく	大根 人参 バナナ	515	18.6	14.9	259	1.9						
29	牛乳 ソフト せんべい	ロールパン ミートグラタン 野菜サラダ コンソメスープ	お茶 かやくおにぎり (大阪府)	ぼたぼた焼き ラムネ	パン	こんにゃく バター パン粉 小麦粉 七色 米	玉葱 しめじ茸 人参 キャベツ 胡瓜 ブロッコリー コーン ほうれん草	541	18.3	18.9	268	1.1						

まだまだ寒い日が続きますが、節分をすぎると暦の上では冬から春になります。
節分の日には太巻きに鰯、煎った大豆を食べる習慣があります。鰯の臭いと大豆を鬼を撃退し、
太巻きを食べる家内安全を願うというものです。太巻き寿司を食べるのも全国的になりつつありますが、
今年の恵方は東北東や東です。節分の日には大きな口を開け、一年の成長を願いましょう！！
また、今月の献立では日本の郷土料理を給食風に取り入れています。

給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。

