

2月の献立表

なかよし給食センター
 豊見城字豊見城493-2
 TEL: (098) 851-7944
 FAX: (098) 851-7945

令和5年 2月(こども園)

	献立名	食品名			おやつ (アレルギー表示)
		かや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
2月1日(水)	豚肉と野菜のチャブチェ ひじきとツナマヨサラダ シュウマイ 卵とわかめスープ きびご飯 果物	春雨、ごま ゴマ 小麦粉 ゴマ、片栗粉 米、きび	豚肉 ツナ(魚)、チーズ(乳) 豚ミンチ(乳) 卵	キャベツ、人参、玉ねぎ、椎茸、ニラ ひじき、人参、枝豆、コーン (玉ねぎ) わかめ、玉ねぎ、えのき	蒸しパン 小麦・大豆・乳・卵
2月2日(木)	豚肉カレー サラスパ ブロッコリーとソーセージ炒め ミネストローネ 麦ごはん オレンジ(上田・長嶺)	じゃが芋、片栗粉 パスタ(小麦粉) マヨネーズ(卵) ソーセージ(乳) じゃがいも 米、麦	豚肉(乳) ツナ(魚) 卵 ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、人参、茄子、しめじ ほうれん草、人参、コーン、玉ねぎ ブロッコリー、人参、しめじ 白菜、人参、玉ねぎ、ピーマン、トマト、パセリ	ちんすこう 小麦
2月3日(金) (節分の日)	鶏そぼろ 鶏のから揚げ ちくわとお豆さんの甘辛煮 ちくわのお吸い物 白米 節分がし	片栗粉、マヨネーズ(卵) 麸(小麦粉) 米	鶏ミンチ、卵 鶏肉 ちくわ(魚)、大豆水煮(大豆) ちくわ(魚)、豆腐(大豆) 卵	玉ねぎ、人参、コーン、ほうれん草 玉ねぎ、ピーマン わかめ、玉ねぎ、万能ネギ	黒糖芋蒸しパン 小麦
2月4日(土)	筑前煮 わかめと大根のツナ和え グルクン天ぷら 白菜のお味噌汁 白米 塩入黒糖	じゃがいも ゴマ 小麦粉 米	鶏肉 ツナ(魚) グルクン(魚・卵) 味噌、油揚げ(大豆)	冬瓜、大根、人参、ごぼう、万能ねぎ わかめ、大根、人参 白菜、玉ねぎ、人参、えのき	ツナパン 小麦・大豆・乳・卵
2月6日(月)	おろしハンバーグ かぼちゃサラダ ブロッコリーとソーセージ炒め 大根とえのきのお味噌汁 雑穀米 果物	マヨネーズ(卵) 米、麦、きび、黒米	牛・豚(乳) ツナ(魚)、大豆水煮(大豆) ソーセージ(乳)、卵 油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	大根おろし かぼちゃ、ほうれん草、玉ねぎ ブロッコリー、人参、しめじ 大根、えのき、人参、ニラ	パウンドケーキ 小麦・大豆・乳・卵
2月7日(火) 【加-パ-ティ-】	カレーライス シーザーサラダ	ドレッシング(乳・卵)	ベーコン、(乳・卵) チーズ	キャベツ、人参、きゅうり、コーン	スコーン 小麦・大豆・乳
2月8日(水)	ジャージャー麺 ほうれん草の胡麻和え 油淋鶏 卵スープ 麺 果物(オレンジ)	片栗粉 ごま(乳) ごま、片栗粉 片栗粉 麵(小麦粉)	合い挽きミンチ 鶏肉(乳・卵) 卵、カニカマ	玉ねぎ、人参、トマト、パセリ ほうれん草、人参、オクラ 白ネギ 玉ねぎ、白菜、ニラ	おにぎり わかめ
2月9日(木)	肉じゃが ひじきサラダ ハワイヤイリチー なめこのお味噌汁 雑穀米 チーズ	じゃがいも ドレッシング(乳・卵) 米、麦、きび、黒米 乳	豚肉 チーズ(乳) 鶏ささみ ポーク(乳)、ツナ(魚) 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、こんにゃく、インゲン ひじき、人参、枝豆、コーン ハワイヤ、人参、ニラ なめこ、わかめ、万能ネギ	ココアプリン 乳
2月10日(金)	マーボー豆腐 春雨サラダ 餃子 白菜と卵スープ 白米 果物	片栗粉 春雨、ごま 小麦粉 米	豚ミンチ、豆腐(大豆) 卵、ハム(乳) 豚ミンチ 卵	玉ねぎ、人参、ニラ キャベツ、人参、きゅうり、コーン (キャベツ・ニラ) わかめ、白菜、しめじ、人参、玉ねぎ	アガラサー 小麦・大豆
2月13日(月)	白身魚ときのごあんかけ ブロッコリーとじゃが芋のおかか和え きんぴらごぼう ゆし豆腐 白米 塩入黒糖	片栗粉 じゃが芋、マヨネーズ(卵) ゴマ 米	白身魚(魚) 花かつお ベーコン(乳・卵) 卵、豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、インゲン ブロッコリー、人参、コーン ごぼう、人参、こんにゃく 万能ネギ	ジャムサンド 小麦・大豆
2月14日(火)	八宝菜 大学芋 中華イカの和え物 中華スープ 麦ご飯 果物	片栗粉 さつま芋、ごま ごま 米、麦	豚肉 イカ(乳) 卵	玉ねぎ、人参、エビ、白菜、ヤングコーン、しめじ、ニラ きゅうり、大根、昆布 白菜、わかめ、人参、玉ねぎ	ココアパウンドケーキ 小麦・大豆・乳・卵
2月15日(水)	キーマカレー ひじきのツナサラダ 鶏の唐揚げ オニオンスープ 雑穀米 チーズ	小麦粉(乳) ドレッシング(乳・卵) 片栗粉、マヨネーズ(卵) 米、麦、きび、黒米 (乳)	豚ミンチ ツナ(魚)、チーズ(乳) 鶏肉 ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト ひじき、人参、キャベツ、パプリカ 玉ねぎ、パセリ	レモンケーキ 小麦・大豆・乳・卵

2月の献立表

なかよし給食センター
 豊見城字豊見城493-2
 TEL: (098) 851-7944
 FAX: (098) 851-7945

令和5年 2月(こども園)

	献立名	食品名			おやつ (アレルギー表示)
		かや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
2月16日(木) (うちなーメニュー)	五目きんぴら もずく酢 だし巻き玉子 アーサのお味噌汁 白米 果物(オレンジ)	すりごま 米	豚肉、かまぼこ(魚・卵) 花かつお(魚) 卵 豆腐、味噌(大豆)、ポーク(乳)	ごぼう、人参、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく もずく、大根、きゅうり アーサ、えのき、万能ネギ	サーターアランダギー 小麦・大豆・乳・卵
2月17日(金)	肉団子とじゃが芋のトマト煮 シーザーサラダ 一口とんかつ 白菜のコンソメスープ きびご飯 果物	じゃが芋 ドレッシング(乳・卵) 小麦粉、パン粉 米、きび	肉団子(乳・卵) ベーコン、(乳・卵)チーズ 豚肉(乳・卵) 鶏ミンチ	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、えのき キャベツ、人参、きゅうり、コーン 白菜、人参、玉ねぎ、パセリ	かぼちゃケーキ 小麦・大豆・乳・卵・ゴマ
2月20日(月)	鶏肉の塩肉じゃが ちくわサラダ 人参しりしり わかめと豆腐のお味噌汁 白米 果物	じゃがいも ドレッシング(乳・卵)、ゴマ 麩(小麦粉) 米	鶏肉 ちくわ(魚) 卵 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、こんにゃく、インゲン 人参、コーン、きゅうり、キャベツ 人参、ニラ 玉ねぎ、わかめ	クリームパン 小麦・大豆・乳・卵
2月21日(火)	豚肉と根菜の味噌炒め オクラとひじきの和風サラダ 魚肉ソーセージ卵とじ 大根のお味噌汁 麦ごはん オレンジ(上田・長嶺)	じゃが芋、さつまい ゴマ、マヨネーズ(卵) 米、麦	豚肉、味噌(大豆) フィッシュソーセージ、卵 油あげ、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ごぼう、インゲン 玉ねぎ、ひじき、オクラ 玉ねぎ、人参、ニラ 大根、人参、えのき	ヨーグルトケーキ 小麦・大豆・乳・卵
2月22日(水) (うちなーメニュー)	ふーちゃんぶるー ごぼうサラダ クープイリチー わかめのお味噌汁 雑穀米 ゼリー	麩(小麦粉) ゴマ、ドレッシング(乳・卵) 米、きび、麦、黒米	豚肉、卵 ハム(乳) ちくわ(魚) 高野豆腐、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ほうれん草 ごぼう、人参、きゅうり、パプリカ 昆布、大根、切干大根、人参、万能ねぎ わかめ、玉ねぎ、人参、万能ネギ	チョコスコーン 小麦・大豆・乳
2月24日(金) 【思い出満足】	お弁当				ココア蒸しパン 小麦・大豆
2月25日(土)	鮭そぼろ チキンナゲット ブロッコリーとささみの胡麻ゴマサラ ほうれん草のお味噌汁 白米 チーズ	ごま 米 (乳)	鮭(魚)、卵 鶏肉(乳・卵) 鶏ささみ、チーズ(乳) 味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、枝豆 ブロッコリー、人参、パプリカ、コーン 白菜、人参、玉ねぎ、ほうれん草	みそクッキー 小麦・大豆・乳・魚
2月27日(月) (うちなーメニュー)	うちなー風ちゃんぽん 豆腐の白和え 鶏しんじょう イナムドッチ 白米 果物	ゴマ(乳) 片栗粉 米	豚肉、ポーク(乳)、卵 豆腐(大豆) 鶏肉(乳・卵) 豚肉、味噌(大豆)、かまぼこ(卵)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ニラ 人参、ほうれん草、ひじき (人参・キャベツ)、大根おろし、万能ねぎ 大根、人参、こんにゃく、椎茸、万能ねぎ	アセロラゼリー アセロラ
2月28日(火)	ハヤシライス スマイルポテト コールスロー マカロニスープ 麦ご飯 果物(オレンジ)	小麦粉(乳) じゃが芋 ドレッシング(乳・卵) マカロニ 米、麦	牛肉 ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、グリーンピース キャベツ、人参、ブロッコリー、コーン 玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ	黒糖ちんすこう 小麦

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	カルシウムmg	食塩相当量g
給与栄養目標量	580	20	16~19	200	1.9
平均給与栄養量	593	22.6	19	248	1.9