



2月予定献立表



令和7年

認定こども園 東雲幼稚園

日	曜日	献立名	主な食材とその働き			未満児 付け合わせ	おやつ	
			血や肉、骨になる 食べもの(赤)	体の調子を整える 食べもの(緑)	熱や力になる 食べもの(黄)		未満児(9時)	全園児(3時)
1	土	カレー味肉じゃが・小松菜のサラダ 豆腐入りかきたま汁・黄桃缶	豚肉・ベーコン・卵 絹ごし豆腐・脱脂粉乳	玉ねぎ・人参・グリーンピース 小松菜・もやし・ねぎ 黄桃缶	じゃがいも・砂糖 マヨネーズ・ごま・片栗粉	鮭フレーク	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
2	日							
3	月	赤鬼焼きそば・節分汁・りんご	豚肉・ミートボール・チーズ うずら卵水煮・ウィンナー すり身・大豆水煮缶	人参・玉ねぎ・ピーマン 刻みのり・きゅうり・大根 ごぼう・ねぎ・りんご	焼きそば麺	じゃこおにぎり	麦茶・お菓子	牛乳 恵方巻き
4	火	納豆オムレツ・マカロニサラダ 鶏肉と冬野菜のみそ汁・いちご	卵・ひきわり納豆・牛乳 脱脂粉乳・鶏もも肉	長ねぎ・人参・きゅうり コーン・大根・白菜・いちご	油・マカロニ マヨネーズ・冷凍里芋	ミニトマト	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
5	水	さばの塩焼き・ほうれん草の白和え 豚肉となめこのみそ汁・バナナ	さば・木綿豆腐 豚肉・脱脂粉乳	ほうれん草・人参・ひじき 大根・なめこ・ねぎ・バナナ	ごま・砂糖	さつまいもの甘煮	麦茶 メンコちゃんゼリー	牛乳・お菓子
6	木	さつまいもコロッケ・オーロラサラダ せんキャベツ・あざりと玉ねぎのみそ汁	豚ひき肉・脱脂粉乳・卵 ハム・冷凍あざりむき身	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり 人参・チンゲン菜	さつまいも・小麦粉・油 パン粉・サラスパ マヨネーズ	ひじきご飯	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子
7	金	中華風ローストチキン・ワンタンスープ キャベツとわかめの中華和え・オレンジ	鶏もも肉・豚ひき肉 しらす干し・なると	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり コーン・わかめ・人参・もやし しいたけ・ねぎ・オレンジ	砂糖・ごま油・ごま 片栗粉・ワンタンの皮	中華風冷奴	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
8	土	厚揚げのケチャップ煮・ゆでブロッコリー わかめスープ・ミニゼリー	厚揚げ・豚肉	玉ねぎ・人参・コーン・わかめ 粉パセリ・ブロッコリー もやし・ねぎ	片栗粉・マヨネーズ さつまいも	ソーセージソテー	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
9	日							
10	月	シーフードシチュー・豚肉の香味焼き ひじきとほうれん草のサラダ・バナナ	冷凍シーフードミックス 牛乳・脱脂粉乳・豚肉	人参・玉ねぎ・もやし ひじき・ほうれん草・バナナ	じゃがいも・ごま 片栗粉・マヨネーズ	食パン	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
11	火	建国記念の日						
12	水	親子丼・れんこんと切干大根のナポリタン風 チキンナゲット・白菜とあざりのみそ汁・オレンジ	鶏もも肉・なると・卵・油揚げ ウィンナー・冷凍あざりむき身 冷凍チキンナゲット・脱脂粉乳	玉ねぎ・人参・干しいたけ 刻みのり・切干大根・ピーマン れんこん水煮・白菜・オレンジ	糸こんにゃく 砂糖	キャンディチーズ	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
13	木	たらフライ・レタス・貝だくさんみそ汁 切干大根とひじきのサラダ・りんご	たら・卵・ベーコン・油揚げ 脱脂粉乳	レタス・切干大根・ひじき コーン・人参・ごぼう・大根 しめじ・りんご	小麦粉・パン粉・油 マヨネーズ・冷凍里芋	人参ご飯	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子
14	金	豚汁・ヤンニョム風ウィンナー・トマト 納豆野菜和え・キウイフルーツ	豚肉・高野豆腐・脱脂粉乳 ウィンナー・ひきわり納豆 ハム	白菜・人参・ごぼう・ねぎ 小松菜・もやし・トマト キウイフルーツ	じゃがいも・ごま油・ごま 糸こんにゃく・マヨネーズ	炒り卵	麦茶・お菓子	牛乳 ココアホットケーキ
15	土	春雨ひき肉炒め・中華風冷奴 中華風コーンスープ・いちご	豚ひき肉・卵 絹ごし豆腐	人参・もやし・にら しいたけ・クリームコーン缶 干しいたけ・ねぎ・いちご	春雨・ごま油 片栗粉	春巻き	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
16	日							
17	月	大豆カレー・ブロッコリーのミモザサラダ 福神漬け・チキンスープ・パイナップル	大豆水煮缶・ウィンナー 脱脂粉乳・ハム・卵 鶏ひき肉	人参・玉ねぎ・ブロッコリー ピーマン・福神漬け・キャベツ えのきたけ・パイナップル	じゃがいも マヨネーズ	トマト	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
18	火	高野豆腐とひき肉の煮物・かぼちゃの甘煮 もやしとわかめのみそ汁・りんご	高野豆腐・鶏ひき肉 脱脂粉乳	人参・干しいたけ・小松菜 黒きくらげ・かぼちゃ・もやし 玉ねぎ・わかめ・りんご	片栗粉・砂糖	磯納豆	麦茶・お菓子	牛乳 ミニ肉まん
19	水	お弁当の日						
20	木	鶏の唐揚げ(たれ)・かみかみサラダ 田舎汁・りんご	鶏もも肉・卵・しらす干し 豚肉・木綿豆腐・脱脂粉乳	きゅうり・人参・切干大根 わかめ・ごぼう・かぼちゃ ねぎ・りんご	小麦粉・油・砂糖・片栗粉 ごま・三温糖・ごま油	里芋ご飯	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
21	金	麻婆ラーメン・春巻き もやしとわかめのナムル・キウイフルーツ	豚ひき肉・木綿豆腐 冷凍春巻き・ハム	人参・ねぎ・にら・もやし わかめ・キウイフルーツ	中華麺・ごま油・三温糖 片栗粉・油・ごま	鮭わかめおにぎり	麦茶 ミニソーセージ	牛乳・お菓子
22	土	おでん・きゅうりの酢の物・鮭フレーク キャンディチーズ・バナナ	はんぺん・さつまいも・ちくわ 卵・しらす干し・チーズ 鮭フレーク	大根・人参・きゅうり・わかめ バナナ	こんにゃく・砂糖・ごま	ミートボール	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
23	日	天皇誕生日						
24	月	振替休日						
25	火	マーボー豆腐・ほうれん草のナムル 焼きゴーザ・みかん	木綿豆腐・豚ひき肉 冷凍ゴーザ	玉ねぎ・ねぎ・ほうれん草 もやし・人参・コーン みかん	ごま油・砂糖 片栗粉・ごま	チャーハン	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子
26	水	さわらと人参の煮物・ポテトサラダ チンゲン菜とえのきのみそ汁・バナナ	さわら・ハム 脱脂粉乳	冷凍ミックスベジタブル 人参・チンゲン菜・玉ねぎ えのきたけ・バナナ	じゃがいも・砂糖 マヨネーズ	ポイルウィンナー	麦茶・お菓子	牛乳 肉みそおにぎり
27	木	豚肉のしょうが焼き・パスタサラダ かぼちゃと小松菜のみそ汁・りんご	豚肉・ツナ缶 油揚げ・脱脂粉乳	玉ねぎ・人参・きゅうり・コーン かぼちゃ・小松菜・りんご	サラスパ マヨネーズ	ゆでブロッコリー	麦茶 チーズかまぼこ	牛乳・お菓子
28	金	チキン南蛮・せんキャベツ・ナポリタン ほうれん草となめこのみそ汁・オレンジ	鶏もも肉・卵・ベーコン 木綿豆腐・脱脂粉乳	玉ねぎ・粉パセリ・キャベツ ピーマン・人参・ほうれん草 なめこ・ねぎ・オレンジ	小麦粉・片栗粉・油・砂糖 マヨネーズ・スバゲティ	ごぼうの 炊き込みご飯	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子



2月14日(金) バレンタインデー

3時のおやつ『ココアホットケーキ』は、松組さんが
♡愛♡を込めて盛り付けます！お楽しみに～♪

※松組さんは、エプロン・三角巾・マスクの
準備をお願いします。

※感染症予防対策の下で行いますが、状況によっては中止に
なる場合もあります。



	以上児目標量	今月の平均	未満児目標量	今月の平均
エネルギー(kcal)	442	376	530	503
たんぱく質(g)	21.8	19.3	21.2	20.2
脂質(g)	18.1	17.8	15.9	17.7
食塩(g)	1.7	1.8	1.6	1.7

◎以上児(桜組・竹組・松組)です。
家庭から主食を持参しますので、栄養量には含まれていません。
◎未満児(楓組・桃組)です。栄養量は主食が含まれています。
◎献立表は、都合により変更になることがあります。

節分は立春の前日にあたる日
を指し、今年の節分は2月2日
です。悪いものや災いにたとえ
た鬼を、豆をまいて追い払い、
1年の無病息災を願います。今
年はどんな鬼を退治しよなか
な？

今年の恵方は
『西南西』

2月22日は
おでんの日

