














平成18年2月

こんだてひょう

日野市立保育園

日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を整える)
1 (水)		柳川風どんぶり じゃがいものみそ汁 ごま酢あえ	 果物 菓子	豚肉、卵、油揚げ、みそ、牛乳	米、さとう、じゃが芋、ごま	ごぼう、人参、玉ねぎ、えのきたけ、みつば、青菜、白菜、絹さや、果物
2 (木)	りんごジュース	ミルクパンズパン 温野菜 メンチカツ オニオンスープ	 甘みそごはん	豚肉、卵、牛乳、みそ	パン、ごま、パン粉、小麦粉、油、さとう、米	キャベツ、玉ねぎ、人参、コーン、ちんげんさい
3 (金)		節分献立 大豆ごはん 野菜の煮物 いわしのかばやき すまし汁	 赤鬼蒸しパン	大豆、いわし、卵、ふ、牛乳	米、もち米、油、じゃが芋、さとう、小麦粉、バター	人参、しいたけ、絹さや、ごぼう、れんこん、えのきたけ、ねぎ
4 (土)		焼きそば野菜あんかけ 中華スープ	 チーズ 菓子	豚肉、うすらの卵、チーズ、牛乳	中華麺、油、じゃが芋、ごま油、かたくり粉	キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、にら、ちんげんさい
6 (月)	ヨーグルト	ごはん のりの佃煮 チャージャン豆腐 キャベツスープ	 ピザトースト	のり、生揚げ、豚肉、みそ、わかめ、ベーコン、チーズ、牛乳	米、さとう、ごま油、パン、油、かたくり粉	たけのこ、人参、しいたけ、ねぎ、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、ホールトマト、しょうが
7 (火)		黒さとうマーガリンコップ 二色ポテト ハンバーグおろしソースかけ かぶのスープ	 甘辛団子	豚肉、卵、ひじき、牛乳、豆腐	パン、マーガリン、油、さとう、パン粉、じゃが芋、白玉粉、上新粉、かたくり粉	玉ねぎ、人参、かぶ、かぶの葉、えのきたけ、だいこん
8 (水)		シーフードカレー きくらげスープ だいこんとコーンのサラダ	 果物 菓子	めかじき、いか、えび、牛乳	米、油、バター、小麦粉、さとう	人参、玉ねぎ、ホワイトマッシュルーム、きくらげ、グリーンピース、コーン、白菜、ホールトマト、大根、きゅうり、もやし、果物
9 (木)		あんずジャムコップ にんじんのグラッセ 魚のきのこ焼き ちんげんさいのスープ	 けんちんうどん	めかじき、チーズ、油揚げ、牛乳	パン、あんずジャム、油、バター、さとう、春雨、うどん、里芋、かたくり粉	玉ねぎ、人参、しめじ、しいたけ、ちんげん菜、ごぼう、大根、ねぎ
10 (金)	りんごジュース	ごはん 土佐和え 真砂揚げ まいたけのみそ汁	 コーンマフィン	豆腐、えび、鶏肉、牛乳、小女子、卵、かつお節、みそ	米、油、小麦粉、バター、さとう、かたくり粉	人参、青菜、白菜、まいたけ、大根、万能ねぎ、コーン
13 (月)	ヨーグルト	ゆかりごはん ツナとかぶの煮物 豚汁	 マーガリン食パン 果物	ツナ、豚肉、豆腐、みそ、牛乳	米、さとう、じゃが芋、油、パン、マーガリン	ゆかり、かぶ、かぶの葉、人参、ごぼう、大根、ねぎ、果物
14 (火)		肉みそスパゲッティ 豆腐のスープ フルーツミックス	 ココアケーキ	豚肉、みそ、豆腐、卵、スキムミルク、牛乳	スパゲッティ、油、さとう、かたくり粉、じゃが芋、小麦粉、さとう、バター	玉ねぎ、人参、もやし、青菜、果物缶、レーズン

 のマークは牛乳です。  行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

1日の平均栄養摂取量

エネルギー 611kcal

たんぱく質 22.0g




















脂肪 18.0g



塩分 2.7g

平成18年2月

こんだてひょう

日野市立保育園

日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を整える)
15 (水)		ハッシュドポークライス キャベツとひじきのサラダ 生揚げのスープ	 果物 菓子	豚肉、ひじき、わかめ、生揚げ、牛乳	米、じゃが芋、油、バター、小麦粉、さとう、ごま油	玉ねぎ、人参、ホワイトマッシュルーム、グリーンピース、もやし、キャベツ、ねぎ、果物
16 (木)		レーズンパン カラフルオムレツ マカロニソテー いんげんのスープ	 みそすいとん	卵、ベーコン、チーズ、豆腐、みそ、牛乳、スキムミルク	パン、バター、油、マカロニ、小麦粉、白玉粉、ごま	人参、玉ねぎ、にら、キャベツ、いんげん、えのきたけ、大根、青菜
17 (金)	りんごジュース	ごはん わかさぎの南蛮漬 甘酢キャベツ 白菜のみそ汁	 スイートポテト	わかさぎ、牛乳、スキムミルク、みそ	米、小麦粉、かたくり粉、油、さとう、さつまいも、バター、生クリーム	ねぎ、キャベツ、きゅうり、白菜、玉ねぎ、もやし、絹さや
18 (土)		ほうとう りんごのコンポート 牛乳	 チーズ 菓子	豚肉、牛乳、チーズ、みそ	うどん、さとう	かぼちゃ、しいたけ、人参、ねぎ、青菜、りんご、レーズン
20 (月)	みかんジュース	ビビンバ だいこんときゅうりの華風漬 わかめスープ	 フルーツケーキ	豚肉、卵、わかめ、ふ、牛乳	米、もち米、さとう、ごま油、油、小麦粉、バター	もやし、人参、青菜、きゅうり、大根、ねぎ、果物缶
21 (火)		ミルクツイストパン 鮭のパイ包み揚げ キャベツソテー コーンとベーコンのスープ	 きのごぞうすい	さけ、卵、チーズ、牛乳、ベーコン	パン、バター、春巻の皮、油、米	玉ねぎ、しいたけ、コーン、えのきたけ、しめじ、かぶ、かぶの葉、人参
22 (水)		ごまごはん 高野豆腐と根菜の煮物 もやしのみそ汁	 果物 菓子	凍り豆腐、豚肉、油揚げ、牛乳	米、ごま、さとう、里芋、かたくり粉	しいたけ、人参、大根、玉ねぎ、いんげん、もやし、ねぎ、果物
23 (木)	りんごジュース	パンのもりあわせ かぶのシチュー ピーチサラダ	麦 茶 芋ようかん	鶏肉、白いんげん豆、スキムミルク、牛乳、粉寒天	パン、マーガリン、いちごジャム、油、バター、小麦粉、さつまいも、さとう	玉ねぎ、人参、白菜、コーン、かぶ、かぶの葉、黄桃、大根、きゅうり
24 (金)		中華丼 三色ナムル 春雨スープ	 ヨーグルトポムポム	豚肉、えび、いか、ヨーグルト、卵、スキムミルク、牛乳	米、油、かたくり粉、ごま油、さとう、春雨、小麦粉、バター	人参、玉ねぎ、にら、白菜、しいたけ、もやし、青菜、きくらげ、いんげん、りんご
25 (土)		チキンライス かぼちゃのグラッセ ミルクスープ	 菓子	鶏肉、牛乳	米、バター、油、さとう、じゃが芋	玉ねぎ、人参、グリーンピース、かぼちゃ、ちんげんさい、コーン
27 (月)	ヨーグルト	わかめごはん 金平煮 キャベツのみそ汁	 シュガートースト 果物	わかめ、豚肉、油揚げ、みそ、牛乳	米、麦、ごま、じゃが芋、ごま油、さとう、パン、マーガリン	人参、ごぼう、しいたけ、いんげん、キャベツ、えのきたけ、果物
28 (火)		二色サンド 豆腐と鶏肉のトマト煮 ゆでブロッコリー たまごスープ	 ソース焼きそば	鶏肉、豆腐、卵、豚肉、牛乳	パン、ブルーベリージャム、マーガリン、油、バター、小麦粉、生クリーム、かたくり粉、中華麺	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、えのきたけ、万能ねぎ、もやし、キャベツ

 のマークは牛乳です。  行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。