




















平成19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 (木)	オレンジジュース	レーズンコッペパン グリーンポテト カラフルオムレツ キャベツスープ	 甘辛団子	卵、ベーコン、スキムミルク、 チーズ、牛乳、豆腐	パン、バター、油、じゃがいも、 白玉粉、片栗粉	にんじん、たまねぎ、にら、 パセリ、キャベツ、コーン
2 (金)		《節分献立》 手巻き寿司(乳児はちらし寿司) 魚のかばやき ごまあえ すまし汁 乳酸菌飲料	 カミカミ大豆	油揚、卵、のり、いわし、大豆、 牛乳、ふ、青のり	米、さとう、油、ごま、 さつまいも	にんじん、しいたけ、絹さや、 生姜、青菜、キャベツ、 えのきたけ、万能ねぎ
3 (土)		焼きそば野菜あんかけ オニオンスープ	りんご ジュース チーズ 菓子	豚肉、うずらの卵、わかめ、チーズ	中華麺、油、片栗粉、じゃがいも	キャベツ、たまねぎ、にんじん、 もやし、にら、ジュース
5 (月)	ヨーグルト	胚芽ごはん 三色ソテー 豚肉の生姜焼き 粉ふきいも 白菜のみそ汁	 きなこトースト 果物	豚肉、油揚、みそ、きな粉、牛乳	米、じゃがいも、パン、さとう、 マーガリン	生姜、たまねぎ、にんじん、 もやし、ピーマン、白菜、絹さや、 果物
6 (火)		セサミマーガリンコッペパン 豆腐のカレークリーム煮 ミニトマトのオイル焼き ゆでブロッコリー チンゲン菜のスープ	 ふかしいも 菓子	豆腐、ベーコン、牛乳	パン、マーガリン、油、 さつまいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、 マッシュルーム、しいたけ、 ミニトマト、チンゲン菜
7 (水)	りんごジュース	天井(えび・かきあげ) きゅうりとわかめの酢の物 根菜のみそ汁	 果物 菓子	えび、卵、わかめ、みそ、牛乳	小麦粉、さつまいも、油、片栗粉、 米	いんげん、たまねぎ、果物、 にんじん、きゅうり、もやし、 だいこん、ごぼう、ねぎ
8 (木)		スパゲッティツナソース いちごのヨーグルトかけ 豆腐のスープ	 ひじきごはん 白菜の磯和え	ツナ、チーズ、豆腐、青のり、 ヨーグルト、油揚、ひじき、牛乳	スパゲッティ、油、小麦粉、米、 さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、 マッシュルーム、トマト缶、青菜、 いちご、白菜
9 (金)		わかめのごはん さつまいもとにんじんの煮物 豆腐のそぼろあんかけ まいたけのみそ汁	 洋梨のケーキ	豆腐、豚肉、みそ、卵、牛乳	米、ごま油、さとう、油、片栗粉、 さつまいも、バター、小麦粉	ピーマン、たまねぎ、にんじん、 たけのこ、もやし、まいたけ、 いんげん、洋なし缶
10 (土)		ほうとう りんごのコンポート 牛乳	 菓子	豚肉、みそ、牛乳	うどん、さとう	にんじん、たまねぎ、ねぎ、 しいたけ、かぼちゃ、青菜、 りんご、干しぶどう
13 (月)	ヨーグルト	ごはん カレー肉じゃが きゅうりの華風漬け にらのみそ汁	 フルーツゼリー 果物、菓子	豚肉、豆腐、みそ、牛乳	米、さとう、ごま油、じゃがいも、 こんにゃく、油、片栗粉	きゅうり、にんじん、たまねぎ、 いんげん、キャベツ、にら、 果物缶、果物
14 (火)		柳川丼風 じゃがいものみそ汁 白菜のごま酢あえ	 ココアスコーン	豚肉、油揚、みそ、牛乳、卵	米、さとう、ごま、じゃがいも、 パン	ごぼう、にんじん、たまねぎ、 みつば、青菜、白菜、ねぎ

 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 615kcal

たんぱく質 22.0g








脂肪 17.7g



塩分 2.8g

平成19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)		パンのもりあわせ ポークシチュー みそドレッシングサラダ 果物	 米粒麦の雑炊	豚肉、チーズ、みそ、しらす干し、 油揚げ、牛乳	パン、はちみつ、マーガリン、 じゃがいも、油、バター、小麦粉、 生クリーム、さとう、麦	にんじん、たまねぎ、もやし、 ブロッコリー、キャベツ、 きゅうり、だいこん、しいたけ
16 (金)		ごまごはん 白身魚のあけぼの揚げ 煮びたし だいこんのみそ汁	 わかめうどん	牛乳、メルルーサ、卵、油揚げ、 豆腐、みそ、わかめ、うずらの卵	米、小麦粉、油、さとう、うどん、 ごま	にんじん、白菜、青菜、だいこん、 絹さや、ねぎ
17 (土)		そばろまぜごはん かぼちゃの甘煮 キャベツのみそ汁	 果物 菓 子	ツナ、牛乳、ふ、みそ	米、さとう	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、 しいたけ、かぼちゃ、キャベツ、 果物
19 (月)	ヨーグルト	チャーハン ナムル たまごスープ	 レーズン入り ホットケーキ	焼き豚、卵、牛乳、豆腐	米、油、ごま油、バター、片栗粉、 小麦粉、さとう、はちみつ	にんじん、ねぎ、しいたけ、 グリーンピース、もやし、青菜、 たまねぎ、チンゲン菜、干しぶどう
20 (火)		杏ジャム胚芽コッペパン 温野菜 豆腐と鶏肉のトマト煮 ポテトスープ	 アップルパイ	鶏肉、豆腐、牛乳	パン、杏ジャム、油、バター、 小麦粉、生クリーム、じゃがいも、 春巻の皮、さとう	たまねぎ、にんじん、 ブロッコリー、カリフラワー、 いんげん、りんご
21 (水)		ごはん おろし和風ハンバーグ 土佐和え 田舎汁	 果物 菓 子	豚肉、ひじき、豆腐、卵、牛乳、 かつお節、みそ	米、油、パン粉、片栗粉、さとう、 糸こんにゃく、さといも	たまねぎ、だいこん、もやし、 にんじん、白菜、ごぼう、ねぎ、 果物
22 (木)	りんごジュース	ミックスサンド 白身魚のきのこ焼き さつまいものグラッセ 白菜のスープ	 みそラーメン	めかじき、チーズ、豚肉、牛乳	パン、苺ジャム、マーガリン、油、 片栗粉、さつまいも、ごま油、 バター、さとう、中華麺、みそ	たまねぎ、しめじ、えのきたけ、 しいたけ、白菜、にんじん、 もやし、ねぎ、コーン
23 (金)		かやくごはん たまご炒め 豚汁	 セルフウイナードッグ	油揚げ、卵、豚肉、みそ、 ウイナー、牛乳	米、さとう、ごま油、油、 こんにゃく、じゃがいも、パン	にんじん、たまねぎ、きくらげ、 チンゲン菜、ごぼう、だいこん、 ねぎ、キャベツ
24 (土)		ツナ和風スパゲッティ ミルクスープ 果物	 チーズ 菓 子	ツナ、牛乳、チーズ	スパゲッティ、油、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、 ピーマン、クリームコーン、果物
26 (月)	みかんジュース	小魚ピラフ 鶏肉のごま照り焼き だいこんとコーンのサラダ 青菜のスープ	 マーガリンサンド 果物	ちりめんじゃこ、鶏肉、牛乳	米、バター、油、さとう、小麦粉、 ごま、パン、マーガリン	にんじん、たまねぎ、ピーマン、 コーン、だいこん、きゅうり、 青菜、果物
27 (火)		バンズパン ポテトコロケ 温野菜 果物 ふとえのきのスープ	 みそおやき	豚肉、卵、牛乳、みそ、ふ	パン、じゃがいも、油、小麦粉、 パン粉、米、さとう、ごま	たまねぎ、キャベツ、にんじん、 えのきたけ、いんげん、果物
28 (水)		シーフードカレーライス パインサラダ わかめのスープ	 ジャムソフトパン	いか、えび、かじき、わかめ	米、じゃがいも、油、バター、 小麦粉、パン	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、 グリーンピース、トマト缶、キャベツ、 きゅうり、パイン缶、コーン

 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。