

# 予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期間： 令和7年02月01日(土)～令和7年02月28日(金)



管理者	園長	責任者

		間食(午前)	昼食	間食(午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
3	月		☆節分給食 にんじんピラフ・鶏のから揚げ・トマト・ブロッコリー・コーンスープ(玉ねぎ・フルーツカクテル・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき生/鶏卵 全卵 生/普通牛乳	水稲穀粒 精白米 うるち米/じゃがいもでん粉/サラダ油(揚げ用)/無発酵バター有塩バター	にんじん 根 皮つき生/しょうが 根茎生/トマト 果実 生/ブロッコリー 花序生/スイートコーン 缶詰 クリームスタイル/スイートコーン 缶詰 ホルカー初スタイル/たまねぎ りん茎 生/温州みかん 缶詰 果肉/パイナップル 缶詰/キウイフルーツ 緑肉種 生	固形ブイヨン/塩・こしょう/こいくちしょうゆ/食塩	575 19.8 15.6
4	火		肉団子のケチャップ煮・キャベツの昆布和え・スープ(ほうれんそう・みかん・ごはん		豚ひき肉 生/鶏卵 全卵 生/パルメザンチーズ/なると	パン粉 乾燥/サラダ油(揚げ用)/車糖 三温糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/キャベツ 結球葉 生/塩昆布/ほうれんそう 葉 通年平均生/温州みかん じょうゆのう 普通 生	塩・こしょう/中濃ソース/トマトケチャップ/固形ブイヨン	369 13.6 13.7
5	水		鶏の照り焼き・磯辺和え・味噌汁(わかめ・じゃ・りんご・ごはん		若鶏肉 手羽 皮つき生/いかなご 煮干し	調合油/じゃがいも塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	キャベツ 結球葉 生/にんじん 根 皮つき 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/りんご 皮むき 生	こいくちしょうゆ/だし汁/米みそ 甘みそ	338 15.3 9
6	木		コーンとえびのかき揚げ・インゲンのおかか和え・みそ汁(豆腐/わかめ)・りんご・ごはん		むきえび(しばえび)/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/かつお 加工品 削り節/木綿豆腐/いかなご 煮干し	薄力粉 1等/サラダ油(揚げ用)/水稲穀粒 精白米 うるち米	スイートコーン 缶詰 ホルカー初スタイル/にんじん 根 皮つき 生/たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/さやいんげん 若ぎや 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/りんご 皮むき 生	こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	341 14.1 8.4
7	金		松風焼き・切り干し大根の煮物・みそ汁(さつま芋・長・キウイフルーツ・ごはん		鶏ひき肉 生/全粒国産 黄大豆 ゆで/鶏卵 全卵 生/油揚げ 生/あさり 缶詰 水煮/いかなご 煮干し	車糖 三温糖/じゃがいもでん粉/ごま いるり/さつまいも 塊根 皮むき 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生/たけのこ 水煮 缶詰/乾しいたけ 乾/ほしひじき/だいこん 切干し/だいこん 乾/こまつな 葉 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色 辛みそ/顆粒和風だし/米みそ 甘みそ	421 19.2 10.3
10	月		サバの味噌煮・胡麻和え・すまし汁(かにあし・オレンジ・ごはん		ますのすけ 焼き/焼き竹輪/かに風味かまぼこ	車糖 三温糖/ごま いるり/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	ほうれんそう 葉 通年平均 生/にんじん 根 皮つき 生/キャベツ 結球葉 生/和種なばな 花らい・茎 生/ネーブル 砂じょうゆ 生	こいくちしょうゆ/米みそ 淡色 辛みそ/かつおだし 荒節/食塩	356 15.3 10.3

# 予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期 間： 令和7年02月01日(土) ~ 令和7年02月28日(金)



管理者	園 長	責任者

		間食 (午前)	昼食	間食 (午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
12	水		カレー・ゆでたまご・ブロッコリー・小女子佃煮・いちご・ごはん		ぶた こま切れ/脱脂粉乳/鶏卵 全卵 生/いかなご つくだ煮	じゃがいも 塊茎 生/薄力粉 1等/サラダ油/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/ブロッコリー 花序 生/いちご 生	カレー粉/中濃ソース	375 14.5 9.7
13	木		鶏肉のマヨネーズ焼き・れんこんのきんぴら・みそ汁(大根・油揚げ)・りんご・ごはん		若鶏肉 もも 皮つき 生/プロセスチーズ/豚ひき肉 生/油揚げ 生/いかなご 煮干し	ごま油/車糖 三温糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/パセリ 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/れんこん 根茎 生/だいこん 根 皮つき 生/りんご 皮むき 生	マヨネーズ 全卵型/塩・こしょう/固形ブイヨン/こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	449 19.7 19
14	金		野菜入り豆腐団子・カリフラワー・サツマイモのレモン煮・すまし汁(麩・小松菜・パイン缶・ごはん)		木綿豆腐/まぐろ 缶詰 油漬 ルク 初付/鶏卵 全卵 生	じゃがいもでん粉/ごま いらい/調合油/車糖 上白糖/さつまいも 塊根 皮むき 生/焼きふ 釜焼きふ/水稲穀粒 精白米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生/にんじん 根 皮つき 生/グリーンピース 冷凍/スイートコーン 缶詰 ホルカーネスタイル/カリフラワー 花序 生/レモン 全果 生/ぶどう 干しぶどう/こまつな 葉 生/パイナップル 缶詰	食塩/こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用/煮干しだし	411 10.6 10.1
17	月		鮭の塩焼き・せん野菜の和風サラダ・味噌汁(ジャガイモ・レバーの胡麻和え・みかん缶・ごはん)		ぎんざけ 養殖 生/えび 加工品 干しえび/いかなご 煮干し/鶏副生物 肝臓 生	ごま/じゃがいも 塊茎 生/車糖 上白糖/ごま いらい/じゃがいもでん粉/水稲穀粒 精白米 うるち米	きゅうり 果実 生/だいこん 根 皮つき 生/にんじん 根 皮つき 生/あおのり 素干し/たまねぎ りん茎 生/しょうが 根茎 生/温州みかん 缶詰 果肉	食塩/だし汁/こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	352 19.5 7.8
18	火		磯うどん・小松菜のたらこあえ・二色そばろ・キウイフルーツ・ごはん		ぶた こま切れ/かつお 加工品 削り節/すけとうだら たらこ 生/鶏卵 全卵 生/鶏ひき肉 生	干しうどん ゆで/車糖 上白糖/調合油/車糖 三温糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/乾しいたけ 乾/乾燥わかめ 素干し 水戻し/根深ねぎ 葉 軟白 生/がごめ こんぶ 素干し/こまつな 葉 生/しょうが 根茎 生/さやえんどう 若ざや 生/キウイフルーツ 緑肉 種 生	精製塩 家庭用/うすくちしょうゆ/こいくちしょうゆ	411 20 9.5
19	水		シチュー・ブロッコリー・春雨サラダ・パイン缶・ごはん		ぶた こま切れ/脱脂粉乳	じゃがいも 塊茎 生/調合油/薄力粉 1等/無発酵バター 有塩/バター/はるさめ 普通はるさめ 乾/車糖 上白糖/ごま油/水稲穀粒 精白米 うるち米	にんじん 根 皮つき 生/たまねぎ りん茎 生/グリーンピース 冷凍/ブロッコリー 花序 生/ブラックマツペもやし 生/きゅうり 果実 生/温州みかん 缶詰 果肉/パイナップル 缶詰	固形ブイヨン/米酢/こいくちしょうゆ	355 12 4.8

# 予定献立表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 1号認定児

期間： 令和7年02月01日(土)～令和7年02月28日(金)



管理者	園長	責任者

		間食 (午前)	昼食	間食 (午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
20	木		いりどり・きゅうりとわかめの酢・小女子佃煮・味噌汁(かぼちゃ・た・バナナ・ごはん)		若鶏肉 もも 皮つき生/いかなご つくだ煮/いかなご 煮干し	板こんにやく 精粉こんにやく/じゃがいも 塊茎 生/車糖 三温糖/ごま油/車糖 上白糖/ごま/水稻 穀粒 精白米 うるち米	ごぼう 根 生/れんこん 根茎 生/にんじん 根 皮つき 生/乾しいたけ 乾/さやえんどう 若ざや 生/きゅうり 果実 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/西洋かぼちゃ 果実 生/たまねぎ りん茎 生/バナナ 生	こいくちしょうゆ/米酢/米みそ 甘みそ	359 12.5 5.8
21	金		豚肉しょうが焼き・マカロニサラダ・味噌汁(なめこ・葱)・みかん缶・ごはん		ぶた こま切れ/ロースハム/いかなご 煮干し	調合油/マカロニ/水稻穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/たまねぎ りん茎 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/なめこ 生/温州みかん 缶詰 果肉	こいくちしょうゆ/マヨネーズ 全卵型/米みそ 甘みそ	387 16.2 14.4
25	火		ハンバーグ・お花畑サラダ・コンソープ (玉ねぎ・いちご・ごはん)		豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/普通牛乳	パン粉 乾燥/サラダ油/さつまいも 塊根皮むき 生/じゃがいも 塊茎 生/無発酵バター 有塩バター/水稻穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/スイートコーン 缶詰 クリームスタイル/スイートコーン 缶詰 ホルカーネルスタイル/いちご 生	塩・こしょう/トマトケチャップ/精製塩 家庭用/マヨネーズ 全卵型/固形ブイヨン/食塩	491 20 20.7
26	水		カレー・ゆでたまご・福神漬け・大根サラダ・りんご・ごはん		ぶた こま切れ/脱脂粉乳/鶏卵 全卵 生/まぐろ 缶詰 油漬 フルク 刺身	じゃがいも 塊茎 生/薄力粉 1等/サラダ油/水稻穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/だいこん 福神漬/だいこん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/りんご 皮むき 生	カレー粉/中濃ソース/マヨネーズ 全卵型	440 14 15.7
27	木		麻婆豆腐・ほうれん草のナムル・にら玉スープ・キウイフルーツ・ごはん		豚ひき肉 生/木綿豆腐/鶏卵 全卵 生	車糖 上白糖/ごま油/じゃがいもでん粉/ごま/水稻穀粒 精白米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生/グリーンピース 冷凍/乾しいたけ 乾/しょうが 根茎 生/にんにく りん茎 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/ブラックマッペもやし 生/にら 葉 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	米みそ 淡色 辛みそ/こいくちしょうゆ/鶏がらだし/食塩/固形ブイヨン	351 14.3 11.1

# 予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森  
 食種名： 1号認定児  
 期 間： 令和7年02月01日(土)～ 令和7年02月28日(金)



管理者	園 長	責任者

	間食 (午前)	昼食	間食 (午後)	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g)
28 金		五目金平・納豆 和え・わかめ スープ・オレンジ・ごはん		油揚げ 生/ぶた こ ま切れ/糸引き納豆 /しらす干し 微乾燥 品	板こんにゃく 精粉こ んにゃく/車糖 三温 糖/ごま油/ごま い り/水稲穀粒 精白米 うるち米	ごぼう 根 生/にん じん 根 皮つき 生/ ほうれんそう 葉 通 年平均 生/乾燥わか め 素干し 水戻し/ 根深ねぎ 葉 軟白 生 /ネーブル 砂じょう 生	こいくち しょうゆ/ 固形ブイヨ ン/精製塩 家庭用	337 14.4 7.8

	各食品 群の 摂取量 の g	(平均 使用量 ) g	エネルギー kcal	たんぱく 質 g	脂 質 g	炭水 化物 g	ナト リウ ム mg	カリ ウム mg	カル シウ ム mg	鉄 mg	ビ タ ミ ン				食 物 繊 維 g	食 塩 相 当 量 g
											A	B1	B2	C		
											μg	mg	mg	mg		
合 計			390	15.6	11.3	59.4	465	599	106	2.1	286	0.29	0.23	37	4.2	1.1
栄養素別摂取目標			0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
充足率			0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

## ☆2月の特色 ～行事食～

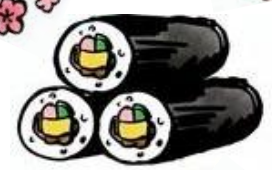
- ・2月3日 節分給食
- ・にんじんピラフ ・鶏のから揚げ
- おやつ ・鬼カステラ



\*今回は『節分』について紹介します。

節分という言葉には「季節を分ける」という意味があります。昔の日本では、春は1年の始まりとして特に大切にしていました。その為、春が始まる前の日、つまり冬と春を分ける日だけを節分と呼ぶようになりました。節分は「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という意味を込めて悪いものを追い出す日。邪気祓いとして「鬼は外、福は内」と言いながら豆まきをします。節分と言えば「鬼」ですが、もともと鬼の姿は決まっていなかったのだそうです。目に見えない悪いものを「鬼」とし、色々なお話を通じて、徐々に今の姿になって行ったのだそうです。鬼はどこにでもいて、子どもたちの心の中に入ってくることも！泣き虫鬼、怒りん坊鬼、ヤダヤダ鬼、散らかし鬼…子ども達の中にいるかもしれない鬼も「鬼は外！福は内！」と元気いっぱい掛け声で豆まきをし、悪い鬼を退治しましょう！そして、今年もみんなが健康で幸せに過ごせますように…☆

鬼は外  
福は内



\*恵方巻…節分の日の夜に、その年の恵方を向いて、願い事を思いながら一言も話さずに食べると、願い事が叶うとも言われています。2025年の恵方は『西南西』です。

※食材発注や園の行事により、献立を変更する場合がございます。