

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： 3歳未満児

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	牛乳 	☆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)	牛乳・鬼カステラ	普通牛乳/若鶏肉 もも皮つき生/鶏卵全卵生/クリーム植物性脂肪	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/車糖 上白糖	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 ホルカーレスタイル/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/うゆ/食塩	675 24.2 22.4
4	火	麦茶・せんべい	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)	牛乳・クラッカー・チーズ	豚ひき肉 生/鶏卵全卵 生/パルメザンチーズ/なると/普通牛乳/プロセスチーズ	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	460 18 20.2
5	水	牛乳	鶏の照り焼き・磯辺和え・味噌汁(わかめ・じゃ・りんご・ごはん)	牛乳・ジャムサンド	普通牛乳/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/食パン	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/いちご ジャム 低糖度	こいくちしょうゆ/だし汁/米みそ 甘みそ	448 20.2 15.1
6	木	牛乳	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	牛乳・バナナ	普通牛乳/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 ホルカーレスタイル/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 若ざや 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/りんご 皮むき 生/バナナ 生	こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	414 18.1 13.9
7	金	牛乳	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)	牛乳・ココア蒸しケーキ	普通牛乳/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/鶏卵卵黄 生	車糖 三温糖/じゃがいもでん粉/ごま いり/さつまいも 塊根皮むき 生/水稲穀粒 精白米 うるち米/ブレミックス粉 ホットケーキ用/無発酵バター 食塩不使用バター/車糖 上白糖	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	615 25 22.7
10	月	牛乳	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)	牛乳・フラン克福ルト	普通牛乳/ますのすけ 焼き/焼き竹輪/かに風味かまぼこ/フラン克福ルトソーセージ	車糖 三温糖/ごま いり/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 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/トマトケチャップ	525 24.1 25.2

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： 3歳未満児

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	牛乳・ビスケット	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	牛乳・スイートポテト	普通牛乳/ぶたこま切れ/脱脂粉乳/鶏卵 全卵 生/いかなご つくだ煮/クリーム 植物性脂肪/鶏卵 卵黄 生	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/さつまいも 塊根 皮むき 生/無発酵バター 有塩バター/車糖 上白糖	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	552 19.1 20.2
13	木	牛乳	鶏肉のマヨチーズ焼き・れんこんのきんぴら・みそ汁(大根・油揚げ)・りんご・ごはん	牛乳・ビスケット・ごまめ	普通牛乳/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/かたくちいわし 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	542 27.8 25
14	金	牛乳 	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)	牛乳・きなこクリームサンド	普通牛乳/木綿豆腐/まぐろ 缶詰 油漬ルー/初付/鶏卵 全卵 生/きな粉 全粒大豆 黄大豆	じゃがいもでん粉/ごま いらり/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/ロールパン/マーガリン 家庭用 有塩	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/ストロベリー 缶詰/ホホ-ネズミ/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/パインアップル 缶詰	食塩/こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用/煮干しだし	547 17.8 19.1
17	月	牛乳	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)	麦茶・フルーツヨーグルト	普通牛乳/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/ヨーグルト 全脂無糖	ごま/じゃがいも 塊茎 生/車糖 上白糖/ごま いらり/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/バナナ 生/りんご 皮むき 生/パインアップル 缶詰	食塩/だし汁/こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	408 21.9 12.3
18	火	牛乳	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	牛乳・ホットケーキ	普通牛乳/ぶたこま切れ/かつお 加工品 削り節/すけとう 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/プレミックス粉 ホットケーキ用	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/ごま 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 若ぎや 生/キウイフルーツ 緑肉種 生/ブルーベリー ジャム	精製塩 家庭用/うすくちしょうゆ/こいくちしょうゆ	615 26.4 19.8

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： 3歳未満児

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)
19	水	牛乳	シチュー・ブロッコリー・春雨サラダ・パイナップル・ごはん	牛乳・きなこりんご	普通牛乳/ぶたこま切れ/脱脂粉乳/きな粉 全粒大豆 黄大豆	じゃがいも 塊茎 生/調合油/薄力粉 1等/無発酵バター 有塩/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/ブラックマッペもやし 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/りんご 皮むき 生	固形ブイヨン/米酢/こいくちしょうゆ	464 18.3 12.5
20	木	牛乳	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	牛乳・プリン	普通牛乳/若鶏肉 もも 皮つき 生/いかなご つくだ煮/いかなご 煮干し	板こんにゃく 精粉こんにゃく/じゃがいも 塊茎 生/車糖 三温糖/ごま油/車糖 上白糖/ごま/水稲穀粒 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	473 20.2 15.3
21	金	麦茶・せんべい	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	牛乳・わかめしらすおにぎり	ぶたこま切れ/ロースハム/いかなご 煮干し/普通牛乳/しらす干し 微乾燥品	調合油/マカロニ/水稲穀粒 精白米 うるち米/水稲めし 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/カットわかめ	こいくちしょうゆ/マヨネーズ 全卵型/米みそ 甘みそ	470 18.1 15.7
25	火	牛乳	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	牛乳・ヨーグルト	普通牛乳/豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/ヨーグルト 脱脂加糖	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/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	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 グラムスタイル/スイートコーン 缶詰 ホール/スイートコーン/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	564 25.9 23.7
26	水	牛乳	カレー・ゆでたまご・福神漬け・大根サラダ・りんご・ごはん	牛乳・バナナ・クラッカー	普通牛乳/ぶたこま切れ/脱脂粉乳/鶏卵 全卵 生/まぐろ 缶詰 油漬 フレック ホリト	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/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/バナナ 生	カレー粉/中濃ソース/マヨネーズ 全卵型	549 18.7 22.1
27	木	麦茶・せんべい	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	牛乳・さつまいものかりんとう	豚ひき肉 生/木綿豆腐/鶏卵 全卵 生/普通牛乳	車糖 上白糖/ごま油/じゃがいもでん粉/ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米/さつまいも 塊根 皮むき 生/調合油	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	463 16.6 14.7

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： 3歳未満児
 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	牛乳	五目金平・納豆 和え・わかめ スープ・オレンジ・ごはん	牛乳・かぼちゃの蒸しケーキ	普通牛乳/油揚げ 生/ぶた こま切れ/糸引き納豆/しらす干し 微乾燥品/鶏卵全卵 生	板こんにやく 精粉こんにやく/車糖 三温糖/ごま油/ごま いり/水稲穀粒 精白米うるち米/プレミックス粉 ホットケーキ用	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/日本かぼちゃ 果実 生/ブルーベリー 乾	こいくちしょうゆ/固形ブイヨン/精製塩 家庭用	499 21.4 15.7

	目 各 標 食 撰 品 取 群 量 の 量	(平均 純使 用取 量)	エ ネ ル ギ ー	たん ば く 質	脂 質	炭 水 化 物	ナ ト リ ウ ム	カ リ ウ ム	カ ル シ ウ ム	鉄	ビ タ ミ ン				食 物 繊 維	食 塩 相 当 量
											A	B1	B2	C		
合 計	g	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	μ g	mg	mg	mg	g	g
合 計			511	21.1	18.6	69.9	524	843	317	1.9	312	0.32	0.47	34	4.1	1.3
栄 養 素 別 撰 取 目 標			545	24.0	16.0	70.0	0	470	250	2.5	210	0.30	0.34	22	1.8	1.4
充 足 率			93.8	87.9	116.3	99.9	0.0	179.4	126.8	76.0	148.6	106.7	138.2	154.5	227.8	92.9

☆2月の特色 ~行事食~

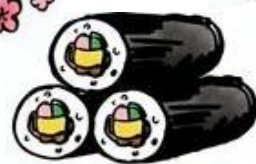
- ・2月3日 節分給食
- ・にんじんピラフ ・鶏のから揚げ
- おやつ ・鬼カステラ



*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」という意味を含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。