

2025年

2月 献立表

まんまる保育園

		月	火	水	木	金	土 1
風食							ごはん 味噌汁（杓苳・あさり） 鶏肉の照り焼き 小松菜ごま和え オレンジ
	10時						麦茶 おせんべい
	3時						牛乳 ビスケット
		3	4	5	6	7	8
風食		大豆ドライカレー スープ（ほうれん草・しいたけ） ポテトサラダ オレンジ	ごはん 味噌汁（豆腐・わかめ） あじの漬け焼き ひじきの煮物 バナナ	ごはん 味噌汁（じゃが芋・人参） 鶏のマーマレード焼き キャベツのサラダ ももヨーグルト	肉うどん さつまいもの甘煮 みかん	ロールパン コーンスープ 鶏のパン粉焼 ほうれん草ごま和え バナナ	ごはん 味噌汁（かぶ・高野豆腐） タラのホイル焼き ひじきと厚揚げの炒め煮 オレンジ
10時		牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時		麦茶 たまごボーロ・ヨーグルト	牛乳 ビスケット	牛乳 オレンジケーキ	牛乳 みそ焼きおにぎり	牛乳 きな粉トースト	牛乳 ビスケット
		10	11	12	13	14	15
風食		ごはん 味噌汁（杓苳・凍り豆腐） 鶏肉のゴマ照り炒め かぼちゃのミルク煮 オレンジ		親子丼 味噌汁（大根・わかめ） 春雨ソテー みかん	納豆ご飯 味噌汁（小松菜・じゃが芋） 豆腐ステーキ うまっこりー オレンジ	仙台雪菜じゃこめしビビンバ風 味噌汁（豆腐・わかめ） 切干大根煮 バナナヨーグルト	ごはん すまし汁（油揚げ・あさり） さばの味噌煮 じゃが芋そぼろあんかけ フルーツゼリー
10時		牛乳 ビスケット		麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時		牛乳 ジャムサンド		牛乳 いももち	牛乳 とうもろこしごはん	牛乳 ココアケーキ	牛乳 ビスケット
		17	18	19	20	21	22
風食		ごはん 味噌汁（さつまいも・ねぎ） 豚肉の生姜焼き ごまっこりー オレンジ	ごはん 味噌汁（ほうれん草・豆腐） ぶり大根 じゃが芋の金平 バナナ	ごはん 中華スープ（キャベツ・玉葱） 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル みかん	ごはん 豚汁 赤魚の塩焼き かぼちゃサラダ オレンジ	焼きそば 味噌汁（しめじ・チンゲン菜） 里芋の煮物 バナナ	ごはん 味噌汁（大根・わかめ） 鶏肉の磯辺焼き 小松菜の煮浸し みかんヨーグルト
10時		牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時		牛乳 フレークマシュマロ	牛乳 ビスケット	牛乳 ビザトースト	牛乳 ヨーグルト蒸しケーキ	牛乳 鮭わかめごはん	牛乳 ビスケット
		24	25	26	27	28	
風食			納豆ご飯 味噌汁（玉ねぎ・小松菜） ミートボールフライ ブロッコリーのツナマヨ和え バナナ	ごはん 味噌汁（ほうれん草・心） 豆腐と野菜の炒め物 大根のそぼろあんかけ ももヨーグルト	ごはん 味噌汁（キャベツ・いんげん） たららのピカタ 小松菜とひじきのサラダ オレンジ	高野豆腐のそぼろごはん 味噌汁（里芋・大根） スイートサラダ バナナ	
10時			麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	
3時			牛乳 ビスケット	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ヨーグルト・食べっこ動物	牛乳 マカロニきな粉	

※都合により変更になる場合があります



【今月の栄養給与量】

エネルギー (kcal)	506
たんぱく質 (g)	17.9
脂質 (g)	13
食塩相当量 (g)	1.3