



令和7年度2月の献立表



岡垣ほしのほいくえん

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ	
2 月 一	麦飯 松風焼き キャベツのおかか和え 根菜のみそ汁	オレンジ	米、じゃがいも パン粉、砂糖 押麦、油 菓子	牛乳、鶏肉、みそ 煮干し、黒ごま、ごま かつおぶし	オレンジ、キャベツ、たまねぎ にんじん、だいこん、ごぼう ねぎ、こんぶ	酢、しょうゆ 麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 ぼたぼた焼き 牛乳
3 火	白飯 いわしと南瓜の落とし揚げ 白菜のゆず果和え だいこんのみそ汁	バナナ	米、砂糖 油、片栗粉	ゆで大豆 いわしつみれ 脱脂粉乳、きな粉 みそ、煮干し、黒ごま	バナナ、はくさい、だいこん かぼちゃ、たまねぎ にんじん、わかめ、ゆず果汁 ひじき、しょうが、こんぶ	ケチャップ、酒 しょうゆ 麦茶	(0)お茶 マンナ (1・2)牛乳 きな粉豆 ミルク
4 水	食パン ブロカリシチュー 鉄分たっぷりほうれん草サラダ	オレンジ	食パン、じゃがいも 小麦粉、砂糖 マーガリン、油 卵不使用マヨネーズ、菓子	牛乳、鶏肉 ツナ油漬、ごま	ほうれん草、オレンジ にんじん、カリフラワー たまねぎ、ブロッコリー コーン、ひじき	がらスープ素 しょうゆ、塩 麦茶	(0)お茶 頑張り野菜家族 (1・2)牛乳 ビスコ 牛乳
5 木	麦飯 肉じゃが チンゲンサイとあげのみそ汁	バナナ	米、じゃがいも 糸こんにゃく 砂糖 押麦、油	豚肉、脱脂粉乳、豆腐 みそ、油あげ、煮干し	りんご、バナナ、たまねぎ にんじん、チンゲンサイ グリーンピース、ねぎ、こんぶ	しょうゆ、酒 麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 りんご ミルク
6 金	白飯 麻婆豆腐 小松菜のスープ	バナナ	米、小麦粉 砂糖、片栗粉 油	牛乳、豆腐、豆乳 豚肉、みそ、赤みそ	オレンジ、たまねぎ、こまつな にんじん、干しぶどう、ねぎ ピーマン、干しいたけ にんにく、しょうが	しょうゆ、酒、塩 がらスープ素 ベーキングパウダー 麦茶	(0)お茶 頑張り小魚家族 (1・2)牛乳 ぶどう蒸しパン 牛乳
7 土	みそちゃんぽん 牛乳	バナナ	中華めん 菓子	牛乳、豚肉 かまぼこ、みそ	バナナ、たまねぎ、キャベツ もやし、にんじん、ねぎ 干しいたけ	しょうゆ がらスープ素 麦茶	(0)お茶 頑張り野菜家族 (1・2)牛乳 ミニサラダ お茶
9 月	麦飯 豚肉の柳川風煮物 豆腐のみそ汁	オレンジ	米、押麦 砂糖、油 菓子	牛乳、卵、豆腐 豚肉、みそ、煮干し	たまねぎ、オレンジ、にんじん ほうれん草、ごぼう、もやし わかめ、こんぶ	しょうゆ みりん 麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 瀬戸の汐揚げ 牛乳
10 火	食パン 野菜炒め 卵入り白菜スープ	バナナ	食パン、油 じゃがいも	豆腐、豚肉 脱脂粉乳、卵	バナナ、たまねぎ、キャベツ れんこん、はくさい、にんじん もやし、ピーマン	しょうゆ、塩 がらスープ素 麦茶	(0)お茶 マンナ (1・2)牛乳 じゃがいも・蓮根チップ ミルク
12 木	食パン ひじき入り豆腐バーグ キャベツのごま和え ポテトスープ	バナナ	食パン じゃがいも マカロニ、砂糖 パン粉、油	鶏肉、脱脂粉乳 豆腐、きな粉 ごま、みそ	バナナ、たまねぎ、キャベツ にんじん、ひじき	しょうゆ、酒、塩 がらスープ素 麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 マカロニあべかわ ミルク
13 金	白飯 厚あげのケチャップ煮 白菜のすまし汁	オレンジ	米、小麦粉 砂糖、油 ココア、片栗粉	牛乳、生あげ、豆腐 豚肉、豆乳、煮干し	はくさい、たまねぎ、オレンジ えのきたけ、にんじん コーン、ねぎ、こんぶ	ケチャップ、しょうゆ 塩、ソース、酒 ベーキングパウダー パセリ粉、麦茶	(0)お茶 頑張り小魚家族 (1・2)牛乳 ブラウニー 牛乳
14 土	醤油ラーメン 牛乳	バナナ	中華めん 砂糖 菓子	牛乳、豚肉	バナナ、もやし、たまねぎ にんじん、ねぎ、しょうが	白だし しょうゆ がらスープ素 麦茶	(0)お茶 頑張り野菜家族 (1・2)牛乳 まがりせんべい お茶

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です

給食室から のお知らせ



春とは名ばかりの厳しい冷え込みの日もあれば、この時期にしては暖かい日があったりと、今年の冬は気温の変化が大きいですね。園では子どもたちが寒さに負けず、天気の良い日には元気いっぱい外遊びをしています。体調を崩しやすくなる時期でもあります。丈夫な体をつくるためにも、食生活で免疫力を高めましょう。みそ汁や納豆などの発酵食品を含むメニューもおすすめてです。今年の節分は2月3日です。節分の日実は固定されておらず、「立春の前日」が節分と決まっています。無病息災を願って豆まきを行い、新しい年の厄をはらいましょう。

1月分の主食・副食費の引き落とし日
2/20(金)です



令和7年度2月の献立表



岡垣ほしのほいくえん

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ
16 (月)	白飯 すき焼き風煮 えのきと玉ねぎのすまし汁 オレンジ	米 糸こんにゃく 砂糖、油 菓子	牛乳、豆腐、牛肉 煮干し	はくさい、たまねぎ、オレンジ にんじん、えのきたけ、ねぎ ねぎ、こんぶ	しょうゆ、塩 麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 ミニサラダ(しょうゆ) 牛乳
17 (火)	麦飯 魚の唐揚げ ほうれん草のおかか和え 豆乳みそ汁 バナナ	米、油、片栗粉 上新粉、砂糖 押麦	あかうお、脱脂粉乳 豆乳、みそ、いわし 煮干し、かつおぶし	バナナ、ほうれんそう はくさい、たまねぎ、にんじん だいこん、ねぎ、こんぶ	しょうゆ、塩 麦茶	(0)お茶 マンナ (1・2)牛乳 かむかむ小魚 ミルク
18 (水)	食パン 白菜のクリームシチュー ブロッコリーのベーコン和え オレンジ	食パン、小麦粉 マーガリン 砂糖、菓子	牛乳、鶏肉、脱脂粉、 乳・卵無しベーコン 飲むヨーグルト	オレンジ、たまねぎ、はくさい ブロッコリー、にんじん コーン、グリーンピース	しょうゆ、酢、塩 がらスープ素 麦茶	(0)お茶 頑張れ野菜家族 (1・2)牛乳 おにぎりせんべい 鉄強化飲むヨーグルト
19 (木)	カレーピラフ 豚ヒレの竜田揚げ キャベツののりサラダ わかめのすまし汁 ぶどうゼリー	米、油、片栗粉 上新粉、ごま油	豚肉、脱脂粉乳 鶏肉、煮干し	りんご、キャベツ、にんじん たまねぎ、赤パプリカ ピーマン、ねぎ、塩こんぶ わかめ、こんぶ、刻みのり	しょうゆ、酒、塩 カレー粉 がらスープ素 パセリ粉、麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 りんご ミルク
20 (金)	無農薬米ご飯 さばのおろし煮 きゅうりのゆかりあえ はんぺんのすまし汁 オレンジ	米、食パン 砂糖	牛乳、さば、はんぺん 煮干し	だいこん、きゅうり、オレンジ たまねぎ、にんじん えのきたけ、いちごジャム ねぎ、こんぶ、しょうが	しょうゆ、酒、塩 かつお昆布だし汁 麦茶	(0)お茶 頑張れ小魚家族 (1・2)牛乳 ジャムパン 牛乳
21 (土)	カリビアンスパゲッティ 牛乳 バナナ	スパゲッティ 油、砂糖 菓子	牛乳、豚肉、牛肉 鶏肉、煮干し	バナナ、たまねぎ、にんじん トマト缶	ケチャップ しょうゆ、塩 ウスターソース カレー粉、麦茶	(0)お茶 頑張れ野菜家族 (1・2)牛乳 ハーベスト お茶
24 (火)	白飯 ビーフカレー ハムサラダ バナナ	米、さつまいも じゃがいも、油 砂糖 卵不使用マヨドレ	牛肉、脱脂粉乳、ごま 乳・卵無しハム	バナナ、キャベツ、たまねぎ きゅうり、にんじん、りんご コーン、グリーンピース	しょうゆ カレーフレーク (乳・卵抜き) 麦茶	(0)お茶 マンナ (1・2)牛乳 大学芋 ミルク
25 (水)	食パン 鶏肉のカレー焼き ごぼうサラダ チンゲン菜スープ オレンジ	食パン、砂糖 卵不使用マヨドレ 菓子	牛乳、鶏肉、ツナ油漬 ごま	オレンジ、たまねぎ チンゲンサイ、ごぼう にんじん、きゅうり にんにく	しょうゆ、塩 がらスープ素 カレー粉 麦茶	(0)お茶 頑張れ野菜家族 (1・2)牛乳 きな粉餅せんべい 牛乳
26 (木)	白飯 鮭のそぼろ丼 五目みそ汁 バナナ	米、さつまいも 小麦粉 マーガリン 砂糖、油	さけ、脱脂粉乳、みそ 油揚げ、豆乳、煮干し	バナナ、にんじん、だいこん たまねぎ、ごぼう、ねぎ こんぶ	みりん しょうゆ 麦茶	(0)お茶 ハイハイ (1・2)牛乳 プレーンクッキー ミルク
27 (金)	白飯 炊き合わせ たまねぎのみそ汁 オレンジ	米、砂糖 菓子	牛乳、生あげ、豆腐 鶏肉、さつまあげ みそ、煮干し	かぼちゃ、オレンジ、だいこん たまねぎ、にんじん えのきたけ、グリーンピース こんぶ	しょうゆ、酒 麦茶	(0)お茶 頑張れ小魚家族 (1・2)牛乳 アスパラヒンギス 牛乳
28 (土)	パリパリおそば 牛乳 バナナ	中華揚麺、油 片栗粉、砂糖 菓子	牛乳、豚肉、かまぼこ	バナナ、もやし、たまねぎ キャベツ、にんじん、ねぎ 干しいたけ	しょうゆ がらスープ素 麦茶	(0)お茶 頑張れ野菜家族 (1・2)牛乳 源氏パイ お茶

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です

発酵食品【みそ】



健康によいと話題の発酵食品。みそもその一つで、大豆と麹、塩を発酵させてできています。もともと、たんぱく質や脂質、ビタミンやミネラルなどの栄養豊富な大豆。発酵することによって、さらに栄養価がアップし、消化吸収しやすくなっています。みそはさらに、他の食品の消化吸収を助け、腸内にたまったものを体外に出す効果もあります。

1月分の主食・副食費の引き落とし日
2/20(金)です