



令和7年 2月 献立表



※ 献立は都合により変更する場合があります。
※ のついているところは、アレルギーを含むお菓子を使用することもあります。

亀井野保育園

日	付	曜日	午前おやつ 1歳クラスは牛乳のみの提供	普通食 昼食	午後 おやつ	保育園 一日の栄養量 0.1歳クラスは朝おやつのお食分も含まれています						炭水化物 脂質 (力になる 黄の食品)	たんぱく質 (血になる 赤の食品)	ビタミン (体を整える 緑の食品)	アレルギー									
						熱量(kcal)		蛋白質(g)		脂質(g)					塩分(g)		卵	乳	いくら	キウイ フルーツ	山いも	くるみ アーモンド ピーナッツ		
						幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児				幼児	乳児								
1	15	土	むぎちゃ おかし	あんかけおむぎめん さつまいもサラダ	むぎちゃ おかし フルーツ	600	505	15.4	12.6	17.0	15.1	2.8	2.2	おおむぎ めん	ぶたにく	はくさい								
	17	月	ぎゅうにゅう おかし	すきやき きゅうりのすのもの みそしる	ぎゅうにゅう やきそば	624	605	23.0	21.8	24.4	25.8	1.8	1.7	ごはん	ぎゅう にく	きゅうり		○						
4	18	火	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう クロワッサン とりにくのトマトに やさいスープ	むぎちゃ たかなチャーハン	630	613	20.7	20.0	24.6	26.0	2.6	2.2	パン	とりにく	トマト	○	○						
5	19	水	ぎゅうにゅう おかし	ぶたにらいため 新メニュー マカロニサラダ ちゅうかスープ	5日ぎゅうにゅう かばやきチーズトースト 19日ぎゅうにゅう まっちゃんパン	620	600	20.0	19.8	21.4	20.5	1.8	1.7	ごはん	ぶたにく	にんじん		○						
6		木	ぎゅうにゅう おかし	すきやき きゅうりのすのもの みそしる	ぎゅうにゅう やきそば	624	605	23.0	21.8	24.4	25.8	1.8	1.7	ごはん	ぎゅう にく	きゅうり		○						
	20		おかし	カレーうどん ちんげんさいのちゅうかあえ ラッシー	むぎちゃ 乳児 さつまいもだんご 幼児 しらたまだんご	550	552	23.6	20.3	11.8	15.4	2.7	2.3	うどん	ぶたにく	ちんげん さい		○						
7	21	金	ぎゅうにゅう おかし	さけフライ タルタルソース サラダな トマト みそしる	0.1歳 ラッシー おかし 2歳~むぎちゃ ヨーグルトあえ おかし	680	658	26.0	24.0	26.6	27.6	1.7	1.6	ごはん	さけ	トマト	※	○	※	※	※	※	※	※
8	22	土	むぎちゃ おかし	スタミナぶたどんぶり こまつなのツナサラダ みそしる	むぎちゃ おかし フルーツ	602	540	16.3	13.1	19.3	18.7	1.3	1.2	ごはん	ぶたにく	こまつな								
10	25	月 火	ぎゅうにゅう おかし	とりのこうみやき じゃがいものしおこんぶあえ みそしる	ぎゅうにゅう シュガートースト	640	620	28.0	25.8	21.5	23.4	2.0	1.8	ごはん	とりにく	ちんげん さい		○						
12	26	水	ぎゅうにゅう おかし	ぶたきつね ほうれんそうのマヨあえ みそしる	12日ぎゅうにゅう おかし フルーツ 26日ぎゅうにゅう ごまプリン	635	615	19.2	18.2	21.2	23.2	1.9	1.8	ごはん	ぶたにく	えのき たけ	※	○	※	※	※	※	※	※
13	27	木	ぎゅうにゅう おかし	ドライカレー ブロッコリーのフレンチサラダ リンゴラッシー	ぎゅうにゅう ねぎみそにゅうめん	678	650	25.1	23.2	23.2	24.6	2.8	2.1	ごはん	ぶた ひきにく	ブロッコリー		○						
14	28	金	ぎゅうにゅう おかし	新メニュー さばのごまみりんやき れんこんののりしおいたため みそしる	14日ぎゅうにゅう ドーナッツ 28日ぎゅうにゅう おこのみやき	647	590	24.5	22.6	23.3	23.1	1.4	1.3	ごはん	さば	れんこん		○						
誕生会	3	月	ぎゅうにゅう おかし	ミートソーススパゲッティ とうふのかいそうサラダ とうにゅうスープ	むぎちゃ えほうまき	600	590	24.1	22.4	18.2	15.2	1.7	1.6	スパゲッ ティ	ぶた ひきにく	トマト		○						

節分のはじまり

「節分」とは季節の分かれ目という意味で、本来は年に4回ですが、旧暦では春が1年の始まりとされていたため、立春の前日の「節分」が特に大切にされました。季節の分かれ目には邪気が出るとされ、邪気ばらいをするようになったとされています。

季節は
冬から春へ...

今年の方角は
西南西
です！

※ありんこ1歳のお友達は、2月から朝おやつが牛乳のみの提供となります。