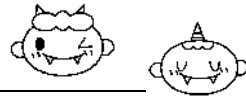




# 2月の給食だより



池田市立保育所・認定こども園

実施日	3歳未満児	1～5歳児		食品名	エネルギー(kcal)
		午前 間食	昼食		
1(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 酢豚風 中華スープ デザート(もも缶)	牛乳 型抜きチーズ せんべい	米/豚肉 濃口醤油 土生姜 たまねぎ 人参 たけのこ缶 干しいたけ ピーマン パイン缶 油 三温糖 濃口醤油 酢 片栗粉 トマトケチャップ /木綿豆腐 人参 小松菜 キャベツ 野菜スープの素 濃口醤油 油 /もも缶 (型抜きチーズ)	574kcal 24.9g 18.6g
2(木)	牛乳 ウエハース	ごはん とんかつ 茹で野菜 すまし汁	牛乳 くだもの(バナナ) おかし	米/豚肉ヘルメット 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油 /キャベツ 人参/大根 たまねぎ 人参 青ねぎ 薄口醤油 出し昆布 削り節 (バナナ)	554kcal 24.9g 14.8g
3(金)	牛乳 クラッカー	鬼っ子ごはん 煮魚 かみなり汁	牛乳 ☆鬼まんじゅう	米 大豆 ひじき缶 人参 油揚げ 薄口醤油 酒 出し昆布/赤魚 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 代替) 豚肉/木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 ごま油 (ホットケーキミックス 上白糖 さつまいも)	554kcal 29.4g 14.3g
4(土)	牛乳 せんべい	醤油ラーメン くだもの(みかん)	牛乳 ふかしもち せんべい	中華めん 豚肉 キャベツ 人参 冷凍コーン 生しいたけ たまねぎ わかめ 濃口醤油 ごま油 削り節/みかん (さつまいも)	499kcal 21.2g 10.6g
6(月)	牛乳 せんべい	ハヤシライス 炒めサラダ フレッシュゼリー	牛乳 くだもの(キウイフルーツ) クッキー	米 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 しめじ グリンピース ハヤシルウ スキムミルク 油 代替) 豚肉 /大根 きゅうり しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油 /フレッシュゼリー (キウイフルーツ)	752kcal 25.1g 21.7g
7(火)	牛乳 ビスケット	トースト(以上児は食パン) ミネストローネ サラダ	牛乳 ☆カレーうどん	食パン いちごジャム/マカロニ ベーコン たまねぎ 人参 じゃがいも トマト(缶詰) トマトケチャップ スープストック 塩/ ほうれんそう ロースハム キャベツ 塩 濃口醤油 酢 三温糖 ごま油 白すりごま (うどんゆで) 豚肉 たまねぎ 人参 キャベツ 青ねぎ カレールウ 削り節	544kcal 22.8g 20.5g
8(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 蒲焼風 茹で野菜 みそ汁	牛乳 フレッシュゼリー ビスケット	米/メルルーサ 片栗粉 油 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 三温糖 代替) 豚肉 /キャベツ 人参/木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節 (フレッシュゼリー)	680kcal 27.3g 18.6g
9(木)	牛乳 せんべい	ごはん 鶏肉とさといもの炒り煮 かきたま汁 デザート(りんご)	牛乳 ☆豆腐ドーナツ	米/鶏肉 里芋(冷凍) 人参 こんにゃく ごぼう れんこん 干しいたけ 三度豆 削り節 濃口醤油 三温糖 油 代替) 豚肉/卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素 代替) 豚肉/りんご (絹こし豆腐 ホットケーキミックス 油 上白糖)	655kcal 25.1g 23.1g
10(金)	牛乳 クッキー	ごはん 煮込みハンバーグ 茹でブロッコリー ワンタンスープ	りんごジュース ☆ホットケーキ	米/牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ パン粉 塩 牛乳 トマトケチャップ とんかつソース スープストック たまねぎ 三温糖 片栗粉/ブロッコリー /ワンタンの皮 むきえび 人参 キャベツ しめじ チンゲンサイ ごま油 野菜スープの素 (りんごジュース) (ホットケーキミックス 油)	623kcal 22.7g 16.3g
13(月)	牛乳 せんべい	ごはん 豆腐の揚げボール 茹でブロッコリー(マヨネーズ) そうめんのすまし汁	牛乳 くだもの(はっさく) かりんとう	米/木綿豆腐 鮭 たまねぎ 青ねぎ 白洗いごま 小麦粉 卵 濃口醤油 油 代替) 豚肉/ブロッコリー マヨネーズ/そうめん 人参 しめじ みつば 出し昆布 削り節 薄口醤油 (はっさく)	595kcal 23.7g 20.1g
14(火)	牛乳 ビスケット	トースト(以上児は食パン) オムレツ(ほうれんそう・合挽き) 豆乳スープ デザート(みかん)	牛乳 ☆みたらしだんご	食パン いちごジャム/卵 ほうれんそう 合挽きミンチ 人参 たまねぎ 生しいたけ 油 トマトケチャップ 代替) 豚ひき肉 代替) じゃがいも 代替) コーン /ベーコン 小松菜 たまねぎ じゃがいも 人参 野菜スープの素 油 豆乳 コーン缶(ホール)/みかん (絹こし豆腐 白玉粉 上白糖 濃口醤油 片栗粉)	607kcal 26.3g 24.1g
15(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 西京焼き 煮干大根の含め煮 すまし汁(豆腐)	牛乳 ☆キャロットちゃん の蒸しケーキ	米/さわら 白みそ 三温糖 酒 みりん/煮干大根 人参 油揚げ グリンピース 三温糖 濃口醤油 油/木綿豆腐 わかめ 人参 しめじ みつば 薄口醤油 削り節 出し昆布 (にんじんジュース ホットケーキミックス 上白糖)	553kcal 29.7g 19.2g
16(木)	牛乳 ウエハース	黒糖コッペパン ミートスパゲッティ トマトと卵のスープ	牛乳 ☆れんこんチップ せんべい	黒糖コッペパン/スパゲッティ バター 牛ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース 粉チーズ 油 代替) 豚ひき肉 /卵 ベーコン トマト じゃがいも たまねぎ パセリ 野菜スープの素 片栗粉 代替) 豚肉 代替) コーン (れんこん 油 塩 あおのり)	706kcal 27.0g 29.1g
17(金)	牛乳 クラッカー	弁当日	牛乳 いちごロール		297kcal 10.0g 10.2g
18(土)	牛乳 せんべい	味噌煮込みうどん くだもの(パイン缶)	牛乳 ふかしもち せんべい	うどん(ゆで) 豚肉 人参 はくさい 生しいたけ 青ねぎ みそ 削り節 /パイン缶 (さつまいも)	432kcal 18.4g 10.0g
20(月)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 炒り豆腐 豚汁	牛乳 ☆バナナスコーン	米 ぶりかけ/木綿豆腐 芽ひじき 人参 ごぼう 生しいたけ 三度豆 白すりごま 濃口醤油 三温糖 酒 みりん 薄口醤油 ごま油/豚肉 大根 人参 しめじ たまねぎ こんにゃく 青ねぎ 削り節 みそ (ホットケーキ バナナ 豆乳 上白糖 オリブ油 油)	573kcal 24.8g 18.7g
21(火)	牛乳 ビスケット	ごはん 白身魚のケチャップあんかけ 豚肉とひじきの炒り煮 みそ汁(かぼちゃ)	牛乳 ☆ミルクあべかわ	米/メルルーサ 片栗粉 土生姜 塩 こしょう 油 たまねぎ グリンピース 三温糖 濃口醤油 トマトケチャップ 片栗粉 油 代替) 豚肉/芽ひじき 人参 三度豆 系こんにゃく 油揚げ ごま油 三温糖 濃口醤油 みりん 削り節 /かぼちゃ たまねぎ 人参 しめじ 青ねぎ 削り節 みそ (牛乳 片栗粉 きな粉 上白糖)	649kcal 30.2g 21.6g
22(水)	牛乳 ポーロ	カレーライス 炒めサラダ ヨーグルト	牛乳 くだもの(りんご) おかし	米 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキムミルク 油 代替) 豚肉/大根 きゅうり しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油/ ヨーグルト(プレーン) (りんご)	669kcal 23.7g 21.3g
24(金)	牛乳 クッキー	そぼろ丼 みそ汁 デザート(みかん)	牛乳 マドレーヌ (5歳児トッピング)	米 合挽きミンチ 系こんにゃく たまねぎ 人参 ほうれんそう 土生姜 濃口醤油 三温糖 削り節/さつまいも 大根 たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節/みかん (さつまいも 上白糖 豆乳 お米マドレーヌ キウイフルーツ もも缶 みかん缶)	781kcal 29.9g 22.2g
25(土)	牛乳 せんべい	イタリアンスパゲッティ 野菜スープ くだもの(りんご)	牛乳 ふかしおじゃが せんべい	スパゲッティ 豚ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース 油/しめじ たまねぎ 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素 /りんご(じゃがいも)	460kcal 18.1g 14.4g
27(月)	牛乳 せんべい	ごはん レンコンのきんぴら かぼちゃのみそ汁 味付けのり	牛乳 くだもの(みかん缶) せんべい	米/豚肉 れんこん 三度豆 こんにゃく 人参 焼きちくわ ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま/かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節/味付けのり (みかん缶)	529kcal 23.9g 11.9g
28(火)	牛乳 ビスケット	トースト(以上児は食パン) いら玉のケチャップかけ ポトフ デザート(バナナ)	牛乳 棒チーズ せんべい	食パン いちごジャム/卵 豚ひき肉 むきえび なら 人参 たまねぎ しめじ 油 トマトケチャップ 代替) 豚肉 代替) コーン 代替) じゃがいも /ウインナー はくさい じゃがいも 人参 たまねぎ ブロッコリー 野菜スープの素 /バナナ(棒チーズ)	603kcal 30.1g 28.3g

☆印は手作りおやつです。 \*3歳児未満児はトーストにジャムをぬります。3歳以上児は食パンにジャムが付きます。  
\*こども園の4, 5歳児は、昼に牛乳100ccが付きます。10日は、昼にりんごジュース125cc、3時に牛乳100ccが付きます。