

令和7年

認定こども園石川保育園

給食献立表

2月



バランスよく食べよう

食べ物は大きく「赤」「黄」「緑」の3つのグループに分かれます。赤のグループは骨や肉になる食べ物（肉・ハム・魚・卵・牛乳・豆腐など）、黄は体を動かす力になる食べ物（ご飯・パン・うどん・ジャガイモ・バターなど）、緑は体の調子を整えてくれる食べ物（ホウレンソウ・ブロッコリー・ニンジン・ダイコン・リンゴなど）です。この3色の食べ物をバランスよく食べることが大切です。

								1日(土)	
主食	アレルギー 代食・除去	焼きそば							
主菜		揚げ焼売							
副菜		ワカメスープ							
汁物		デザート							
果物		お楽しみおやつ							
15時おやつ									
3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)	
炊き込みご飯 ほうれん草おひたし コロック 漬物 ジョア お吸い物 牛乳 お菓子	節分	ごはん チキンカツ マカロニサラダ ふのりのみそ汁 バナナ 牛乳 ホットケーキ		ごはん 魚のパン粉焼き ねばねば和え 五目味噌汁 オレンジ 牛乳 シュガートース	鶏肉チーズ焼き	ごはん 豚肉生姜焼き 温野菜オーロラソース なめこ味噌汁 ゼリー かきたまそうめん		ごはん 豆腐揚げ団子 鶏とさつま揚げの炒め物 すまし汁 パイン缶 牛乳 焼き芋	かき揚げうどん 竹輪とピーマン おかか炒め デザート お楽しみおやつ
10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)	
パン ひじきハンバーグ ポテトサラダ オニオンスープ オレンジ 牛乳 もちもちドーナツ			建国記念の日	ミートスパゲティ グリーンサラダ コンソメスープ ヤクルト フルーツヨーグルト		ふりかけご飯 魚のバター焼き キャベツみそ炒め 八杯汁 オレンジ 牛乳 きなこもち	鶏モモ焼き 未満児 さつま芋黄金煮	ごはん 酢豚 シュウマイ 豆苗スープ プリン 牛乳 お菓子	醤油ラーメン から揚げ デザート お楽しみおやつ
17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)	
パン ベーコンオムレツ スパゲティサラダ ジュリエヌスープ バナナ 雑炊		ごはん 松風焼き レンコン土佐煮 ニラ玉みそ汁 ヨーグルト 牛乳 のりたまポテト		豚丼 ツナサラダ 大根みそ汁 オレンジ 牛乳 ゴマかりんとう	ご当地 十勝	鮭ご飯 ピザ風春巻 から揚げレタス胡瓜 豆腐味噌汁 ジョア マスカット味 プリンアラモード	お誕生会 	ごはん 魚のから揚げ きんぴらごぼう 白菜味噌汁 みかん缶 牛乳 ジャムサンド	鶏肉のから揚げ 和風パスタ メンチカツ たまごスープ デザート お楽しみおやつ
24日(月)		25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)	
	振替休日	ごはん チキンチキンごぼう ブロッコリーじゃこ和え じゃが芋みそ汁 バナナ わかめうどん		ごはん ぶり大根 鉄分サラダ キャベツみそ汁 ヤクルト 牛乳 ココア蒸しパン		ごはん マーボー豆腐 竹輪の塩昆布和え 中華スープ パイン缶 牛乳 コーンフレークバー		ごはん ハヤシシチュー わかめの酢の物 ゼリー 牛乳 手作りクッキー	

令和7年
2月

※ 本枠は行事食のため主食はいりません。
※ ひとりひとりのアレルギーに合わせて除去や代用をします。