

2月 給食献立表

2024年

長寿院保育園初期

日	曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	木	お粥 ジャガイモのペースト チンゲン菜の味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・チンゲンサイ	だし
2	金	お粥 人参のペースト さつまいもの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん	だし
3	土	お粥 大根のペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米	大根・にんじん・キャベツ	だし
5	月	お粥 さつまいものペースト 白菜の味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・はくさい	だし
6	火	お粥 たまねぎのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん	だし
7	水	お粥 人参のペースト かぼちゃの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・かぼちゃ	だし
8	木	お粥 大根のペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	大根・にんじん	だし
9	金	お粥 たまねぎのペースト 大根の味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	たまねぎ・大根	だし
10	土	お粥 人参のペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	だし
13	火	お粥 大根のペースト はくさいの味噌汁	淡色辛みそ	米	大根・にんじん・はくさい	だし
14	水	お粥 豆腐のペースト こまつなの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・こまつな	だし
15	木	お粥 人参のペースト 大根の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・大根	だし
16	金	お粥 たまねぎのペースト かぼちゃの味噌汁	淡色辛みそ	米	大根・たまねぎ・かぼちゃ	だし
17	土	お粥 さつまいものペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・ほうれんそう	だし
19	月	ごはん きれいの煮つけ はくさいの味噌汁	かれい・淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・はくさい	だし・うすくちしょうゆ
20	火	お粥 たまねぎのペースト ジャガイモの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	たまねぎ・にんじん	だし
21	水	お粥 人参のペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ ほうれんそう	だし
22	木	お粥 たまねぎのペースト ほうれんそうの味噌汁	ささ身・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ ほうれんそう	だし・うすくちしょうゆ
24	土	お粥 キャベツペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・キャベツ・たまねぎ	だし
26	月	お粥 大根のペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・大根・こまつな	だし
27	火	お粥 ジャガイモのペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・ほうれんそう	だし
28	水	お粥 人参のペースト ジャガイモの味噌汁	たら・淡色辛みそ	米・ジャガイモ	たまねぎ・にんじん	うすくちしょうゆ・だし
29	木	お粥 ジャガイモのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・たまねぎ	だし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
122 kcal	3.1 g	0.5 g	17 mg	0.4 mg	66 μg	0.03 mg	0.01 mg	2 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。そば、落花生の入った食材は使用していません。