



2025年度 2月 献立表



健生くまのこ園

日付	午前おやつ	給 食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	アレルギー
2(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め,ミニポテトフライ,ごはん	小倉サンド,牛乳	厚揚げ,鶏ひき肉,あずき・こしあん,牛乳	ごま油,かたくり粉,フライドポテト(冷),油,米,食パン,マーガリン	たまねぎ,にんじん,ほれんそう	コンソメ,こいくちしょうゆ,塩,水	
3(火)	牛乳	行事食 鬼さんドライカレー,かぼちゃサラダ,ももゼリー	行事食 惠方巻,牛乳	蒸し大豆,合いひき肉,黒豆甘煮,焼きのり,口セシズ,牛乳,かにまぼこ,卵	米,油,コーンスナック,マヨネーズ,ももゼリー,砂糖	にんじん,ビーマン,たまねぎ,カットトマト,かぼちゃ,きゅうり	カレールウ,塩,こしょう,水,ケチャップ,すし酢(巻き寿司・箱寿司用),だし汁,うすくちしょうゆ,ふりかけ(たまご)	
4(水)	お菓子	スペイン風オムレツ,なすのトマト煮,食パン	塩せんべい,牛乳	卵,ツナ缶,ピザ用チーズ,牛乳,鶏ひき肉	じゃがいも,砂糖,オリーブ油,食パン,塩せんべい	にんじん,たまねぎ,ロッコリー,なす,しめじ,カットトマト	コンソメ,塩,酒	たまご:弁当
5(木)	牛乳	鶏団子の甘酢煮,ふろふき大根,ごはん	バームクーヘン,牛乳	鶏だんご(冷),昆布,牛乳	油,砂糖,かたくり粉,いりごま,米,バームクーヘン	にんじん,たまねぎ,しいたけ,ビーマン,大根	酢,ケチャップ,こいくちしょうゆ,水,赤みそ,あわせみそ,みりん,酒	
6(金)	お菓子	スパゲティナポリタン,キャロットラペ,みかん	コーンフレーク	魚肉ソーセージピザ用チーズ,ツナ缶,牛乳	スパゲティ,油,砂糖,オリーブ油,コーンフレーク	たまねぎ,にんじん,ビーマン,マッシュルーム,トマトジュース,みかん	ケチャップ,コンソメ,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,酢,水	
7(土)	牛乳	うどん,あげだし豆腐,ヨーグルト	ピスケット,牛乳	牛乳,ヨーグルト,たまごスープ	うどん,ピスケット	にんじん		
9(月)	お菓子	麻婆豆腐,ほうれん草ナムル,ごはん	フレンチトースト,牛乳	木綿豆腐,豚ひき肉,ハム,牛乳,卵	油,砂糖,かたくり粉,ごま油,米,食パン	たまねぎ,白ねぎ,しょうが,ほうれんそう,にんじん	こいくちしょうゆ,あわせみそ,水,コンソメ,酢	
10(火)	牛乳	肉じゃが,きゅうりとかにかまの酢の物,ごはん	たいやき,牛乳	豚肉,カットわかめ,かにまぼこ,牛乳	じゃがいも,しらたき,砂糖,米,たい焼(冷)	にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり	こいくちしょうゆ,みりん,だし汁,酢,塩,水	
11(水)		建国記念の日						
12(木)	お菓子	野菜とツナのピラフ,メンチカツ,コンスープ	マーマレード蒸しケーキ,牛乳	ツナ缶,メンチカツ(冷),豆乳,牛乳	米,マーガリン,油,かたくり粉,ホットケーキミックス,砂糖,マーマレード	ミックスベジタブル,たまねぎ,コーンクリーム	コンソメ,塩,こしょう,水,ベーキングパウダー	
13(金)	牛乳	豆腐ミートローフ,ミニトマト,ポテトサラダ,ごはん	行事食 ココアムース,牛乳	合いひき肉,木綿豆腐,ひじき,ツナ缶,牛乳	いりごま,パン粉,かたくり粉,じゃがいも,砂糖,マヨネーズ,米,マシュマロ	たまねぎ,にんじん,ミニトマト,ミックスベジタブル	塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,水,酢,ココア(ビュア)	
14(土)	牛乳	カレーライス,ブロッコリー,バナナ,牛乳	せんべい	牛乳,カレーレトルト	米,せんべい	ブロッコリー,バナナ		
16(月)	お菓子	かれいの西京焼,ほうれん草とコーンのソテー,ごはん	磯ビーンズ,牛乳	かれい,蒸し大豆,ちめんじやこ,青のり,牛乳	じゃがいも,砂糖,油,米,小麦粉,いりごま	ほうれんそう,コーン缶	酒,あわせみそ,みりん,こいくちしょうゆ,塩,こしょう,水	
17(火)	牛乳	なすと豚肉のみそ炒め,里芋フライ,ごはん	みかんクッキー,牛乳	豚肉,青のり,牛乳	砂糖,油,里芋,かたくり粉,米,小麦粉,バター,きび糖	なす,たまねぎ,ビーマン,にんじん,かぼちゃ,パウダー	こいくちしょうゆ,あわせみそ,塩,こしょう,ほうれん草パウダー,水	
18(水)	お菓子	カレーライス,ブロッコリーコーン,レッシング,いちご	アップルパイ,牛乳	合いひき肉,牛乳	米,じゃがいも,油,砂糖,アップルパイ	たまねぎ,にんじん,ブロッコリー,コーン缶,コーンクリーム,いちご	カレールウ,コンソメ,水,酢,塩	
19(木)	牛乳	ハムチーズサンド,厚焼き玉子サンド,根野菜のコロコロスープ	きなこ団子,牛乳	ハム,プロセチーズ,卵,魚肉ソーセージ,絹魚糸豆腐,きな粉,牛乳	食パン,マヨネーズ,砂糖,油,さつまいも,上新粉,白玉粉	大根,たまねぎ,にんじん,コーン缶	うすくちしょうゆ,だし汁,ケチャップ,コンソメ,塩,こしょう,水	たまご:弁当
20(金)	お菓子	味噌煮込みうどん,厚揚げの煮物,ミニゼリー	じやこゆかりおにぎり,牛乳	鶏肉,かまぼこ,油あずき,厚揚げ,昆布,しらす干し,プロセチーズ,牛乳	うどん(ゆで),砂糖,ミニゼリー,米,いりごま	白ねぎ,しいたけ,こまつな,ゆかり	みりん,赤みそ,だし汁,こいくちしょうゆ,だし(かつお)	
21(土)	牛乳	スパゲティミートソース,だし巻き玉子,フルーツゼリー,牛乳	せんべい	牛乳,ミートソース,卵	スパゲティ,砂糖,せんべい	フルーツゼリー		
23(月)		天皇誕生日						
24(火)	牛乳	鶏の唐揚げ,ブロッコリー,切干大根の煮物,ごはん	ラスク,牛乳	鶏肉,油あげ,牛乳	小麦粉,かたくり粉,油,マヨネーズ,砂糖,米,ロールパン,バター	しようが,ブロッコリー,切り干し大根,にんじん	こいくちしょうゆ,みりん,酒,塩,だし(かつお)	
25(水)	お菓子	かじきトマト煮,マカロニサラダ,ロールパン	コーンスナック,牛乳	めかじき,ハム,牛乳	じゃがいも,砂糖,油,マカロニ,マヨネーズ,ロールパン,コーンスナック	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,カットトマト,ブロッコリー,きゅうり	ケチャップ,ウスター ソース,コンソメ,塩,こしょう,水	
26(木)	牛乳	五目あんかけ焼きそば,ミートボーラーのケチャップ煮,りんご	鬼まんじゅう,牛乳	豚肉(1mm厚)ミートボール(味付き),牛乳	中華めん(蒸し),砂糖,ごま油,かたくり粉,油,さつまいも,小麦粉,上新粉	にんじん,こまつな,はくさい,しいたけ,ビーマン,りんご	酒,塩,水,コンソメ,こいくちしょうゆ	
27(金)	お菓子	みそおでん,キャベツとツナのソテー,ごはん	しょうゆせんべい,牛乳	厚揚げ,焼き竹輪,卵,昆布,ツナ缶,牛乳	じゃがいも,砂糖,ごま油,米,しょうゆせんべい	大根,キャベツ	みりん,赤みそ,だし汁,こしょう,こいくちしょうゆ	
28(土)	牛乳	カレーライス,ブロッコリー,バナナ,牛乳	せんべい	牛乳,カレーレトルト	米,せんべい	ブロッコリー,バナナ		

月平均栄養価(3才以上児)

エネルギー 558kcal たんぱく質 19.6g 脂質 18.0g 食塩相当量 1.9g

月平均栄養価(3才未満児)

エネルギー 423kcal たんぱく質 14.6g 脂質 13.2g 食塩相当量 1.5g

※献立は仕入れ状況により、メニューが変更になることがあります。土曜日は人数によってメニューが変更になることがあります。

※離乳食(1歳6ヶ月頃まで):ご家庭で食べたことのある食品をもとに提供しています。初めて食べた食品は連絡帳にてお知らせください。

※幼児食:献立表の食材を参考に初めて食べる食品は、ご家庭で一度食べいただけるとより安全に提供できますのでご協力お願いいたします。



2025年度 2月 離乳食献立表

		朝おやつ	離乳食	午後おやつ	アレルギー
2	月	赤ちゃんせんべい	<厚揚げの煮物> 厚揚げ 28g 鶏ひき肉 11g たまねぎ 21g にんじん 7g ほうれんそう 11g コンソメ こいくちしようゆ かたくり粉 <粉ふき芋> ジャガイモ 30g 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	食パン 牛乳	
3	火	牛乳	<鬼さんトマト煮> 米 39g 蒸し大豆 11g 合いびき肉 20g にんじん 11g ピーマン 7g たまねぎ 21g カットトマト 7g 砂糖 こいくちしようゆ コンソメ かたくり粉 <かぼちゃミルク煮> かぼちゃ 28g きゅうり 7g 粉ミルク 塩 <ミニゼリー> 1c		わかめごはん 牛乳
4	水	赤ちゃんせんべい	<スペイン風オムレツ> 卵 21g ツナ缶 7g にんじん 5.6g たまねぎ 11g ブロッコリー 11g ジャガイモ 4.9g 牛乳 <なすのトマト煮> なす 14g たまねぎ 11g めじ 7g 鶏ひき肉 4.9g カットトマト 13g こいくちしようゆ 砂糖 コンソメ <食パン> 食パン 0.8枚 <パン粥> 食パン 0.8枚 粉ミルク	ふんわりコーン かぼちゃクッキー	たまご:弁当 牛乳
5	木	牛乳	<鶏肉の煮物> 鶏肉 28g にんじん 15g たまねぎ 25g しいたけ 7g 砂糖 トマトキューブ 15g こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <ふろふき大根> 大根 35g 昆布 0.7g あわせみそ 砂糖 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	かつぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
6	金	赤ちゃんせんべい	<スパゲティナポリタン風>うどん(乾)12g ツナ缶 11g たまねぎ 28g にんじん 5.6g 粉ミルク トマトジュース 49g コンソメ こいくちしようゆ <にんじんの煮物> にんじん 21g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <みかん> みかん0.5c	ヨーグルト	
7	土	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ヨーグルト> ヨーグルト35g <揚げ出し豆腐> 厚揚げ15g にんじん15g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉	あかちゃんせん	
9	月	赤ちゃんせんべい	<麻婆豆腐> 木綿豆腐 42g 豚ひき肉 11g たまねぎ 14g こいくちしようゆ あわせみそ 砂糖 コンソメ かたくり粉 <ほうれん草煮びたし> ほうれんそう 35g にんじん 12g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	たべっこうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
10	火	牛乳	<肉じゃが> 豚肉 14g ジャガイモ 35g にんじん 11g たまねぎ 21g さやいんげん 3.5g こいくちしようゆ 砂糖 だし汁 <きゅうりとわかめのだし煮> きゅうり 11g カットわかめ 0.53g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ゼリー 牛乳	
11	水		建国記念の日		
12	木	牛乳	<野菜とツナの炊き込みご飯> 米 35g にんじん14g たまねぎ 21g ツナ缶 11g こいくちしようゆ コンソメ 粥の方は粥 <鶏肉の煮物> 鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <コーンスープ> コーンクリーム 21g たまねぎ 21g 豆乳 28g コンソメ かたくり粉	かつぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
13	金	赤ちゃんせんべい	<豆腐ミートローフ> 合いびき肉14g 木綿豆腐 14g たまねぎ 7g にんじん 5.6g ひじき 0.11g パン粉 塩 こいくちしようゆ 砂糖 かたくり粉 <ミニトマト> ミニトマト 14g	ヨーグルト	
14	土	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ブロッコリー> ブロッコリー20g <バナナ> バナナ35g <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	
16	月	赤ちゃんせんべい	<かれいの味噌煮> かれい 28g ジャガイモ 14g あわせみそ 砂糖 かたくり粉 <ほうれん草とコーンの煮物> ほうれんそう 21g コーン缶 7g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	たべっこうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
17	火	牛乳	<なすと豚肉のみぞ煮> なす 28g たまねぎ 14g ピーマン 3.5g にんじん 4.9g 豚肉11g 砂糖 こいくちしようゆ あわせみそ <粉ふき芋> ジャガイモ 30g 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ゼリー 牛乳	
18	水	赤ちゃんせんべい	<トマト煮> 合いびき肉 25g ジャガイも 30g たまねぎ 30g にんじん 15g カットトマト 8.4g コンソメ 砂糖 こいくちしようゆ かたくり粉 <ブロッコリー> コーンミルク煮 > ブロッコリー 30g コーン缶 7g 粉ミルク 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g <いちご> いちご 18g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
19	木	牛乳	<厚焼き玉子> 卵 21g こいくちしようゆ 0.46g だし汁 砂糖 油 <食パン> 食パン 0.7枚 <パン粥> 食パン 0.7枚 粉ミルク <根野菜のコロコロスープ> 大根 28g さつまいも 21g たまねぎ 7g にんじん 3.5g コーン缶 2.1g コンソメ	きなこ豆腐 牛乳	たまご:弁当
20	金	赤ちゃんせんべい	<味噌煮込みうどん> うどん(ゆで) 70g 鶏肉 21g かまぼこ 7g 油あげ 2.1g しいたけ 3.5g こまつな 7g 砂糖 あわせみそ <厚揚げの煮物> 厚揚げ 28g 昆布 0.7g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 <ミニゼリー> 1c	じゃこごはん 牛乳	
21	土	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <だし巻玉子> 卵15g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 <ミニゼリー> ミニゼリー1個 <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	
23	月		天皇誕生日		
24	火	牛乳	<鶏肉の煮物> 鶏肉 28g ブロッコリー 14g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <大根の煮物> 大根 30g 油あげ 6g にんじん 10g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ゼリー 牛乳	
25	水	赤ちゃんせんべい	<ツナのトマト煮> ツナ缶 25g ジャガイも 21g たまねぎ 21g にんじん 11g カットトマト 21g コンソメ 砂糖 こいくちしようゆ ブロッコリー 14g <マカロニミルク煮> マカロニ 8g きゅうり 8g にんじん 8g 粉ミルク かたくり粉 <ロールパン> ロールパン 0.8個 <パン粥> ロールパン 0.8個 粉ミルク	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
26	木	牛乳	<五目あんかけ焼きそば風> うどん(乾)12g 豚肉 11g にんじん 7g こまつな 14g はくさい 21g しいたけ 3.5g コンソメ こいくちしようゆ 砂糖 かたくり粉 <ツナの煮物> ツナ缶 20g たまねぎ 20g こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <りんごコンポート> りんご 32g	ふかしいも 牛乳	
27	金	赤ちゃんせんべい	<みそおでん> 厚揚げ 14g ジャガイも 21g 大根 28g 卵 11g 砂糖 あわせみそ だし汁 <キャベツとツナの煮物> キャベツ 32g ツナ缶 6.3g 砂糖 こいくちしようゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	たべっこうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
28	土	牛乳	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ブロッコリー> ブロッコリー20g <バナナ> バナナ35g <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	