

江東区白河かもめ保育園
令和7年度2月(如月)



2月目標:感謝して食べよう



※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。
乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準:547kcal

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
		節分献立	野菜の日			
昼食	ご飯 鶏じゃが ⁶ 水菜と桜えびのポン酢和え 白菜と人参の味噌汁 みかん	鰯の蒲焼き丼 金平金棒 小松菜のお浸し 鬼除け汁 いちご	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ペイザンヌスープ いよかん	胚芽ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め キャベツと胡瓜の海苔和え さつま芋と玉ねぎの味噌汁 バナナ	ご飯 鶏の竜田揚げ 白雪サラダ 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	バナナ春巻き 麦茶	鬼まんじゅう 牛乳	フライドポテト ヨーグルトドリンク	チーズケーキ風トースト 牛乳	ごぼうと豚肉の炊き込みご飯 小魚 麦茶	せんべい・ビスケット 牛乳
	エネルギー 525 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 19.8 g 炭水化物 75.4 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 13.1 g 炭水化物 81.6 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 9.6 g 炭水化物 92.5 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 19.9 g 炭水化物 82.5 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 76.7 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 16.6 g 炭水化物 73.8 g
	9	10	11	12	13	14
		誕生日献立			柑橘の日	
昼食	ご飯 鶏肉のりんごソースがけ きゃべつと大根のさっぱり和え 南瓜と小松菜の味噌汁 はっさく	パエリア ハンバーグ〜トマトソースがけ〜 キャベツのコールスローサラダ カリフラワーポタージュ きらきらみかんゼリー	建国記念の日	野菜たっぷり味噌ラーメン 焼売 ほうれん草の中華ナムル フルーツゼリー	菜飯 鰯の柚子味噌焼き 切干大根のハリハリサラダ 大根皮入りみぞれ汁 でこぼん	鶏そぼろ丼 胡瓜と人参のゆかり和え じゃが芋と若布の味噌汁 ヨーグルト
3時	そぼろと白菜の和風あんかけ丼 麦茶	いちごパイ ホットティー		鮭と人参のおにぎり 小魚 麦茶	メロンパン ヨーグルトドリンク	せんべい・ウエハース 牛乳
	エネルギー 506 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 85.2 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 20.9 g 炭水化物 83.8 g		エネルギー 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 93.0 g	エネルギー 607 kcal 蛋白質 24.5 g 脂質 13.3 g 炭水化物 101.1 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.5 g 炭水化物 75.6 g
	16	17	18	19	20	21
			野菜の日			
昼食	ご飯 鶏じゃが ⁶ 水菜と桜えびのポン酢和え 白菜と人参の味噌汁 みかん	鰯の蒲焼き丼 金平金棒 小松菜のお浸し 鬼除け汁 いちご	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ペイザンヌスープ いよかん	胚芽ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め キャベツと胡瓜の海苔和え さつま芋と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鶏の竜田揚げ 白雪サラダ 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁
3時	バナナ春巻き 麦茶	さつまいもとりんごの茶巾 牛乳	フライドポテト ヨーグルトドリンク	チーズケーキ風トースト 牛乳	ごぼうと豚肉の炊き込みご飯 小魚 麦茶	せんべい・ビスケット 牛乳
	エネルギー 525 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 19.8 g 炭水化物 75.4 g	エネルギー 509 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 13.0 g 炭水化物 83.5 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 9.6 g 炭水化物 92.5 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 19.9 g 炭水化物 82.5 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 17.9 g 炭水化物 76.7 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 16.6 g 炭水化物 73.8 g
	23	24	25	26	27	28
昼食	振替休日	雑穀ご飯 豚肉と白菜の塩麴炒め 胡瓜ともやしの胡麻酢和え ニラと厚揚げの味噌汁 バナナ	ご飯 鶏肉のりんごソースがけ きゃべつと大根のさっぱり和え 南瓜と小松菜の味噌汁 はっさく	野菜たっぷり味噌ラーメン 焼売 ほうれん草の中華ナムル フルーツゼリー	菜飯 鰯の柚子味噌焼き 切干大根のハリハリサラダ 大根皮入りみぞれ汁 でこぼん	鶏そぼろ丼 胡瓜と人参のゆかり和え じゃが芋と若布の味噌汁 ヨーグルト
3時		オレンジマフィン 牛乳	そぼろと白菜の和風あんかけ丼 麦茶	鮭と人参のおにぎり 小魚 麦茶	メロンパン ヨーグルトドリンク	せんべい・ウエハース 牛乳
		エネルギー 564 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 19.9 g 炭水化物 73.6 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 85.2 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 93.0 g	エネルギー 607 kcal 蛋白質 24.5 g 脂質 13.3 g 炭水化物 101.1 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.5 g 炭水化物 75.6 g