

社会福祉法人 東京児童協会  
江東区南砂さくら保育園  
令和7年度2月（4月）献立表

感謝して食べよう

※乳児は、午前おやつが2回です。  
※日々安心・安全な食品を供給していますが、個人体質によりアレルギー反応する場合があります。  
※アレルギーに配慮されているカロリーは幼児の1日の摂取量とおやつ分のカロリーです。乳児は8割で調整しています。また、これは目安であり献立の順番通りに応じて調整します。  
※一日の必要摂取量とおやつ分のカロリー基準：551kcal

	月 2 遊樂時間	火 3 新付	水 4	木 5	金 6 早園満足	土 7
1歳児	ご飯 鶏じゃが 水菜と根えびのポン酢和え 白菜と人参の味噌汁 みかん	豚の薄焼き丼 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 お野菜たっぷりスープ いよかん	昼食ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め キャベツと胡瓜の梅酢和え さつま芋と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鶏の輪切揚げ 白雲サラダ 豆腐となめこの味噌汁 バナナ	ご飯 豚肉と野菜のゆめもの キャベツおかわり和え かぶと地揚げの味噌汁 ヨーグルト
3歳児	バナナ蒸しパン ヨーグルトドリンク	鬼まんじゅう 牛乳	たまごの蒸焼 麦茶	チーズケーキ風トースト 牛乳	こぼろと豚肉の炊き込みご飯 小魚 麦茶	ゆかりおにぎり ヨーグルトドリンク
	1食分 - 579 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 13.1 g 炭水化物 96.1 g	1食分 - 529 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 12.5 g 炭水化物 88.0 g	1食分 - 421 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 4.7 g 炭水化物 84.9 g	1食分 - 563 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 19.0 g 炭水化物 83.1 g	1食分 - 530 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 17.9 g 炭水化物 75.1 g	1食分 - 582 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 9.9 g 炭水化物 101.8 g
	9	10	11	12	13	14
1歳児	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	焼肉ご飯 豚肉と白菜の塩麩炒め 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		野菜たっぷり味噌ラーメン 焼売 ほうれん草の中巻ナムル オレンジゼリー	茶碗 鶏の柚子味噌焼売 切干大根のソテー/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歳児	もほろと白菜の和風あんかけ丼 麦茶	オレンジケーキ 牛乳	鮎と人参のおにぎり 小魚 麦茶	ツイストドーナツ ヨーグルトドリンク	おかわりおにぎり ヨーグルトドリンク	
	1食分 - 503 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 10.9 g 炭水化物 94.7 g	1食分 - 564 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 19.3 g 炭水化物 73.0 g	1食分 - 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 83.0 g	1食分 - 542 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 13.4 g 炭水化物 84.0 g	1食分 - 580 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 7.1 g 炭水化物 107.1 g	
	16	17	18	19	20 誕生会	21
1歳児	ご飯 鶏じゃが 水菜と根えびのポン酢和え 白菜と人参の味噌汁 みかん	豚の薄焼き丼 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 お野菜たっぷりスープ いよかん	昼食ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め キャベツと胡瓜の梅酢和え さつま芋と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト	ハエリア ハンバーグマトソースがけ キャベツのコールスローサラダ カリフラワーのミルクスープ きらきらみかんゼリー いちごパイ ホットティー	ご飯 豚肉と野菜のゆめもの キャベツおかわり和え かぶと地揚げの味噌汁 ヨーグルト
3歳児	バナナ蒸しパン ヨーグルトドリンク	さつまいもとりんごの茶巾 牛乳	たまごの蒸焼 麦茶	チーズケーキ風トースト 牛乳	おかわりおにぎり ヨーグルトドリンク	ゆかりおにぎり ヨーグルトドリンク
	1食分 - 579 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 13.1 g 炭水化物 96.1 g	1食分 - 485 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 11.3 g 炭水化物 81.9 g	1食分 - 421 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 4.7 g 炭水化物 84.9 g	1食分 - 563 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 19.0 g 炭水化物 83.1 g	1食分 - 603 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 20.9 g 炭水化物 83.8 g	1食分 - 582 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 9.9 g 炭水化物 101.8 g
	23	24	25	26	27	28
1歳児		焼肉ご飯 豚肉と白菜の塩麩炒め 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 ほうれん草の中巻ナムル オレンジゼリー	茶碗 鶏の柚子味噌焼売 切干大根のソテー/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歳児	オレンジケーキ 牛乳	もほろと白菜の和風あんかけ丼 麦茶	鮎と人参のおにぎり 小魚 麦茶	ツイストドーナツ ヨーグルトドリンク	おかわりおにぎり ヨーグルトドリンク	
	1食分 - 564 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 19.3 g 炭水化物 73.0 g	1食分 - 503 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 10.9 g 炭水化物 94.7 g	1食分 - 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 83.0 g	1食分 - 542 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 13.4 g 炭水化物 84.0 g	1食分 - 580 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 7.1 g 炭水化物 107.1 g	