

## 令和7年度2月 オーガニック給食 献立表

◎2月の給食目標は『友達と楽しくしっかり食べよう』です。しっかり食べられるよう、子どもたちに人気なメニューを多く取り入れました。  
また、寒い時期が続くので、炒め物や煮物を多く取り入れ体を温める献立にしました。

日	曜日	ひ る	おやつ	よ る
2 16	月	玄米入りご飯 鶏肉のごまみそ焼き ほうれん草とチーズのサラダ 京菜のすまし汁	苺ジャムサンド  いりこ	玄米入りご飯 たらのきのソース さつま芋のミルク煮 豚汁 みかん
3 17	火	中華丼 春雨サラダ わかめスープ	カステラ  おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 筑前煮 ブロッコリーのごまマヨ和え わさび菜のみそ汁
4 18	水	玄米入りご飯 豆腐入りミートローフ 白菜のコールスロー 大根のみそ汁	コーンクッキー	カレーうどん ちくわの磯辺揚げ ラディッシュの浅漬け
5 19	木	玄米入りご飯 揚げさばのおろしがけ わさび菜の塩昆布和え じゃが芋のみそ汁 りんご	さつま芋の パウンドケーキ  するめ	玄米入りご飯 豚肉の生姜焼き キャベツの甘酢漬 山東菜のみそ汁
6 20	金	焼き鶏丼 タアサイのごま酢和え 豆腐のみそ汁	りんごとクリームチーズのホット ケーキ  いりこ	玄米入りご飯 鱈のバーベキューソース 里芋のそぼろ煮 チンゲン菜のみそ汁 キウイフルーツ
7 21	土	玄米入りご飯 ぶりの葱マヨ照り焼き 大根のきんぴら 里芋のみそ汁	黒ごまかりんとう	玄米入りご飯 肉じゃが 京菜のしらす和え 白菜のみそ汁
9 25	月 水	冬野菜のドライカレーライス 海藻サラダ バナナヨーグルト	発芽玄米ブラン のサンド	玄米入りご飯 カレイの煮つけ ラディッシュの梅和え 高野豆腐のみそ汁 りんご
10 24	火	玄米入りご飯 鮭のみそ麹焼き シーザーサラダ さつま芋のポタージュ みかん	10日：コーンフレーク クッキー おしゃぶり昆布  24日：誕生会おやつ	玄米入りご飯 鶏肉の唐揚げ 小松菜の土佐酢和え タアサイのみそ汁
12 26	木	玄米入りご飯 豆腐のピザ風焼き 山東菜とりんごのゆずドレッシング 小松菜のみそ汁	鬼まんじゅう  するめ	たくあん納豆ご飯 さばの塩焼き ほうれん草ソテー かぶのみそ汁 みかん
13 27	金	玄米入りご飯 カジキの磯辺揚げ 切干大根の煮物 ほうれん草のみそ汁 キウイフルーツ	チーズパン  いりこ	冬野菜のマーボー豆腐丼 チンゲン菜のナムル えのきのスープ
14 28	土	焼肉丼 赤かぶとじゃこのサラダ なめこのみそ汁	ミレービスケット  おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 めだいのムニエル 菜花のお浸し キャベツのみそ汁

★3日の夕食は節分行事食になります。

今月の平均 (昼食+おやつ+夕食) の合計		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩 (ナトリウム量)
	乳児	789kcal	31.2g	24.4g	2.0g
	幼児	997kcal	39.6g	30.6g	2.6g