



2025年2月 浜寺太陽幼稚園メニュー(1・2号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での動き			
			主に熱や力のもとになるもの	主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	その他
3	月	昔のコロッケ 春雨サラダ 福豆ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ(りんご)	コロッケ・油 緑豆春雨・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) 花麩	ウインナー 大豆	ブロッコリー・人参 わかめ・青ねぎ りんご	醤油 醤油・本みりん・料理酒・和風だし だし・醤油・本みりん・塩
4	火	白身魚の和風ムニエル 切干大根の煮物 ごはん もやしと小松菜の味噌汁 フルーツ(バナナ)	小麦粉・油 つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)	ホキ 油揚げ 赤みそ・白みそ	しょうが 切干大根・人参 太もやし・小松菜 バナナ	醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 だし
5	水	サケピラフ 野菜コロッケ もやしと小松菜の中華スープ フルーツ(オレンジ)	米(国産)・押麦・油 野菜コロッケ・油	さげフレーク	コーン・玉ねぎ・ドライパセリ 太もやし・小松菜 オレンジ	コンソメ・塩 鶏がらスープ
6	木	スパゲティミートソース マセドアンサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・オリーブ油・油・でん粉・砂糖 さつま芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) ピーチゼリーの素・砂糖	豚ひき肉・大豆たんぱく ちくわ	玉ねぎ・にんにく・ドライパセリ きゅうり パイン(缶詰)・黄桃(缶詰)	赤ワイン・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 塩
7	金	麻婆丼 焼ギョーザ コーンとチンゲン菜の中華スープ フルーツ(バナナ)	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 油	豆腐・豚ひき肉・大豆たんぱく・赤みそ ギョーザ	しょうが・玉ねぎ・干しいたけ・さやいんげん コーン・チンゲン菜 バナナ	醤油・料理酒・鶏がらスープ ほん酢 鶏がらスープ
10	月	ハンバーグバーベキューソース 和風チキンマカロニサラダ ごはん 玉ねぎとわかめのスープ フルーツ(オレンジ)	油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用)・青じそドレッシング 米(国産)	ハンバーグ 蒸し鶏(ほぐし)	トマトピューレ ピーマンミックス わかめ・玉ねぎ オレンジ	本みりん・中濃ソース・トマトケチャップ コンソメ
12	水	鶏肉うどん 青のりポテト フルーツ(バナナ)	うどん・砂糖 ポテトフライ・油	鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草 あおさのり バナナ	和風だし・醤油・本みりん・料理酒・だし・白だし 塩
13	木	サバの塩こうじ焼 小松菜と大根のおかか和え 麦入り菜飯ごはん お麩と玉ねぎの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	油 米(国産)・押麦 おつゆ麩	さば かつお節 赤みそ・白みそ	小松菜・大根 菜めしの素 玉ねぎ オレンジ	塩こうじ 醤油・本みりん・和風だし だし
14	金	カレーライス ツナサラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 コーンクリームドレッシング 砂糖	豚肉 ツナフレーク ヨーグルト	玉ねぎ・人参 キャベツ・赤ピーマン フルーツカクテル(缶詰)	カレールウ
17	月	あんかけラーメン 蒸しシューマイ フルーツ(バナナ)	ラーメン・油・でん粉	豚肉 しゅうまい	玉ねぎ・人参・白菜 バナナ	塩・鶏がらスープ・醤油ラーメンスープ
18	火	カレイの煮付 サイコロ高野の煮物 ごはん 大根とほうれん草のすまし汁 フルーツ(オレンジ)	砂糖 砂糖 米(国産)	黄金がれい 凍り豆腐	しょうが 人参・グリーンピース ほうれん草・大根 オレンジ	醤油・料理酒・だし 和風だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん・塩
19	水	★ チキンチャップ れんこんチップス ごはん コーンと白菜のスープ プリンアラモード	小麦粉・油・砂糖 油 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	玉ねぎ れんこん コーン・白菜 みかん(缶詰)	塩・トマトケチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ 塩・コンソメ コンソメ
20	木	ぎつねうどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ(バナナ)	うどん 小麦粉・油	味付け油揚げ ちくわ	わかめ・青ねぎ あおさのり バナナ	だし・白だし 塩
21	金	五目チャーハン 春巻 もやしとわかめの中華スープ フルーツ(りんご)	米(国産)・油 油	豚肉	玉ねぎ・ピーマンミックス 春巻 太もやし・わかめ りんご	醤油ラーメンスープ・鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ
25	火	白身魚フライ 納豆和え ごはん 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 ぶどうゼリー	油 米(国産) ぶどうゼリー	白身魚フライ 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・にんにく・塩昆布 玉ねぎ・ほうれん草	中濃ソース 醤油 だし
26	水	おさつシチュー ビーフンサラダ ロールパン フルーツ(バナナ)	さつま芋・油 ビーフン・マヨネーズタイプ(卵不使用) ロールパン	鶏肉・牛乳 ウインナー	人参・玉ねぎ・グリーンピース コーン バナナ	クリームシチューミックス 塩
27	木	味噌だれ肉団子 ひじき煮 ごはん 花麩とほうれん草のすまし汁 フルーツ(りんご)	砂糖・ごま油・白ごま・油・でん粉 砂糖 米(国産) 花麩	ミートボール・赤みそ 油揚げ	しょうが・玉ねぎ ひじき・人参・グリーンピース ほうれん草 りんご	醤油・料理酒 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩
28	金	サバの甘辛焼 人参と白菜のお浸し ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	砂糖・油 米(国産)	さば 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・白菜・しめじ わかめ オレンジ	醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。



栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
平均栄養価	384kcal	13.1g	10.6g	51mg

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2025年2月 浜寺太陽幼稚園メニュー(3号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き			
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他
3	月	昔のコロッケ 春雨サラダ 福豆ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ(りんご)	コロッケ・油 緑豆春雨・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産) 花麩	ウインナー 大豆	ブロッコリー・人参 わかめ・青ねぎ りんご	醤油 醤油・本みりん・料理酒・和風だし だし・醤油・本みりん・塩
4	火	白身魚の和風ムニエル 切干大根の煮物 ごはん もやしと小松菜の味噌汁 フルーツ(バナナ)	小麦粉・油 つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)	ホキ 油揚げ 赤みそ・白みそ	しょうが 切干大根・人参 太もやし・小松菜 バナナ	醤油・本みりん 和風だし・醤油・料理酒 だし
5	水	サケピラフ 野菜コロッケ もやしと小松菜の中華スープ フルーツ(オレンジ)	米(国産)・押麦・油 野菜コロッケ・油	さけフレーク	コーン・玉ねぎ・ドライパセリ 太もやし・小松菜 オレンジ	コンソメ・塩 鶏がらスープ
6	木	スパゲティミートソース マセドアンサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・オリーブ油・油・でん粉・砂糖 さつま芋・マヨネースタイプ(卵不使用) ピーチゼリーの素・砂糖	豚ひき肉・大豆たんぱく ちくわ	玉ねぎ・にんにく・ドライパセリ きゅうり パイン(缶詰)・黄桃(缶詰)	赤ワイン・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩 塩
7	金	麻婆丼 焼ギョーザ コーンとチンゲン菜の中華スープ フルーツ(バナナ)	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 油	豆腐・豚ひき肉・大豆たんぱく・赤みそ ギョーザ	しょうが・玉ねぎ・干しいたけ・さやいんげん コーン・チンゲン菜 バナナ	醤油・料理酒・鶏がらスープ ほん酢 鶏がらスープ
10	月	ハンバーグバーベキューソース 和風チキンマカロニサラダ ごはん 玉ねぎとわかめのスープ フルーツ(オレンジ)	油 マカロニ・マヨネースタイプ(卵不使用)・青じそドレッシング 米(国産)	ハンバーグ 蒸し鶏(ほぐし)	トマトピューレ ピーマンミックス わかめ・玉ねぎ オレンジ	本みりん・中濃ソース・トマトケチャップ コンソメ
12	水	鶏肉うどん 青のりポテト フルーツ(バナナ)	うどん・砂糖 ポテトフライ・油	鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草 あおさのり バナナ	和風だし・醤油・本みりん・料理酒・だし・白だし 塩
13	木	サバの塩こうじ焼 小松菜と大根のおかか和え 麦入り菜飯ごはん お麩と玉ねぎの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	油 米(国産)・押麦 おつゆ麩	さば かつお節 赤みそ・白みそ	小松菜・大根 菜めしの素 玉ねぎ オレンジ	塩こうじ 醤油・本みりん・和風だし だし
14	金	カレーライス ツナサラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 コーンクリーミードレッシング 砂糖	豚肉 ツナフレーク ヨーグルト	玉ねぎ・人参 キャベツ・赤ピーマン フルーツカクテル(缶詰)	カレールウ
17	月	あんかけラーメン 蒸しシューマイ フルーツ(バナナ)	ラーメン・油・でん粉	豚肉 しゅうまい	玉ねぎ・人参・白菜 バナナ	塩・鶏がらスープ・醤油ラーメンスープ
18	火	カレイの煮付 サイコロ高野の煮物 ごはん 大根とほうれん草のすまし汁 フルーツ(オレンジ)	砂糖 砂糖 米(国産)	黄金がれい 凍り豆腐	しょうが 人参・グリーンピース ほうれん草・大根 オレンジ	醤油・料理酒・だし 和風だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん・塩
19	水	チキンチャップ れんこんチップス ごはん コーンと白菜のスープ プリンアラモード	小麦粉・油・砂糖 油 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	玉ねぎ れんこん コーン・白菜 みかん(缶詰)	塩・トマトケチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ 塩・コンソメ コンソメ
20	木	きつねうどん ちくわの磯辺揚 フルーツ(バナナ)	うどん 小麦粉・油	味付け油揚げ ちくわ	わかめ・青ねぎ あおさのり バナナ	だし・白だし 塩
21	金	五目チャーハン 春巻 もやしとわかめの中華スープ フルーツ(りんご)	米(国産)・油 油	豚肉	玉ねぎ・ピーマンミックス 春巻 太もやし・わかめ りんご	醤油ラーメンスープ・鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ
25	火	白身魚フライ 納豆和え ごはん 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 ぶどうゼリー	油 米(国産) ぶどうゼリー	白身魚フライ 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・にんにく・塩昆布 玉ねぎ・ほうれん草	中濃ソース 醤油 だし
26	水	おさつシチュー ピーマンサラダ ロールパン フルーツ(バナナ)	さつま芋・油 ピーマン・マヨネースタイプ(卵不使用) ロールパン	鶏肉・牛乳 ウインナー	人参・玉ねぎ・グリーンピース コーン バナナ	クリームシチューミックス 塩
27	木	味噌だれ肉団子 ひじき煮 ごはん 花麩とほうれん草のすまし汁 フルーツ(りんご)	砂糖・ごま油・白ごま・油・でん粉 砂糖 米(国産) 花麩	ミートボール・赤みそ 油揚げ	しょうが・玉ねぎ ひじき・人参・グリーンピース ほうれん草 りんご	醤油・料理酒 和風だし・醤油・本みりん だし・醤油・本みりん・塩
28	金	サバの甘辛焼 人参と白菜のお浸し ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	砂糖・油 米(国産)	さば 豆腐・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・白菜・しめじ わかめ オレンジ	醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

※午前おやつは終日既製品のお菓子とお茶の提供です。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
平均栄養価	412kcal	13.4g	12.0g	86mg

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。

月＝マンナビスケット 火＝ソフトせんべい
 水＝マンナウエハース 木＝やわらかおかき(のり塩)
 金＝星たべよ 全種類 卵を含まないお菓子です



2025年2月 浜寺太陽幼稚園 午後おやつメニュー(3号)



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

日付	曜日	献立	材料
3	月	パインケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・豆腐・砂糖 油・豆乳・パイン(缶詰) 牛乳
4	火	スイートポテト 牛乳	さつまいも・マーガリン 砂糖・油 牛乳
5	水	シュガートースト 牛乳	食パン・マーガリン 砂糖 牛乳
6	木	昆布おにぎり 牛乳	米(国産) 塩昆布 牛乳
7	金	パインフルーツゼリー 牛乳	パインゼリーの素 黄桃(缶詰) 牛乳
10	月	きな粉おさつ 牛乳	さつまいも・きな粉 砂糖 牛乳
12	水	わかめおにぎり 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 牛乳
13	木	マスカットフルーツゼリー 牛乳	マスカットゼリーの素 パイン(缶詰) 牛乳
14	金	ふんわりにんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・人参 牛乳
17	月	しらすおにぎり 牛乳	米(国産)・しらす 醤油 牛乳
18	火	いちごクリームサンド 牛乳	食パン・ホイップクリーム いちごジャム 牛乳
19	水	かぼちゃマフィン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・マーガリン 豆乳・かぼちゃ 牛乳
20	木	ツナマヨおにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・醤油 牛乳
21	金	お麩のシュガーラスク 牛乳	おつゆ麩・マーガリン グラニュー糖 牛乳
25	火	カレー蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・カレーパウダー・砂糖 豆乳・油・ウインナー 牛乳
26	水	菜飯おにぎり 牛乳	米(国産) 菜めしの素 牛乳
27	木	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
28	金	黒糖パンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・黒砂糖・砂糖 豆腐・豆乳・油 牛乳
栄養価平均値			エネルギー135Kcal たんぱく質3.6g 脂質4.1g カルシウム74mg

*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、ご了承下さい。

※午後おやつには全日、無調整牛乳70ccを飲みます。