

天童厚生会

令和7年(2025年)2月

予定献立表(家庭用)

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	土	お茶,ブルー	カレーピラフ,マカロニサラダ,コーンと卵のスープ	牛乳,スイーツかぼちゃ	
2	日				
3	月	お茶,チーズ	五目焼きそば,キャベツの甘酢和え,中華スープ	お茶,ぱりんこ	
4	火	お茶,クラッカー	ご飯,若鶏の漬焼き,じゃが芋の中華和え,豆腐とわかめの味噌汁,ネーブル	牛乳,ジャムサンド	
5	水	お茶,りんご	バターロール,コーンクリームシチュー,五目サラダ	お茶,おにぎり	
6	木	お茶,かえり煮干	ご飯,豆腐入り松風焼き,ほうれん草のおひたし,しめじのすまし汁,いちご	牛乳,マカロニ安倍川	
7	金	お茶,ブルー	ご飯,鯖の照り焼き,ブロッコリーの酢和え,白菜の味噌汁	お茶,おでん	
8	土	牛乳,バナナ	ご飯,肉じゃが,キャベツの味噌汁	牛乳,カナッペ	
9	日				
10	月	お茶,クラッカー	ご飯,豚のステーキ風,ブロッコリー,スティック人参,南瓜の味噌汁	牛乳,ポップコーン	
11	火				建国記念の日
12	水	牛乳,ふかし芋	バターロール,ツナサラダ,白菜と肉団子のスープ	お茶,にら雑炊	
13	木	お茶,ブルー	ご飯,高野豆腐の揚げ煮,ごぼうと鶏肉の味噌汁,いちご	牛乳,さつま芋のきな粉和え	
14	金	お茶,バナナ	エビのクリームソースパ,白菜とりんごのサラダ,コーンスープ	お茶,お汁粉	
15	土	お茶,チーズ	親子丼,さつま芋の甘煮,竹輪のすまし汁,オレンジ	牛乳,麩のシュガークッキー	
16	日				
17	月	お茶,かえり煮干	カレーうどん,キャベツとツナの昆布和え	お茶,おにぎり	
18	火	お茶,りんご	他人丼,小松菜のナムル,じゃが芋としめじの味噌汁,ポンカン	牛乳,しらすトースト	
19	水	お茶,ブルー	ご飯,炒り豆腐,さつま芋の味噌汁,バナナ	お茶,肉まん	
20	木	お茶,クラッカー	ご飯,すき焼き風煮,もやしの味噌汁,イチゴ	お茶,黄粉飴,チーズ	
21	金	お茶,バナナ	バターロール,鮭のパン粉焼き,千切りキャベツ・トマト,野菜スープ,牛乳	お茶,おやき	
22	土	お茶,チーズ	チャーハン,春雨の酢の物,コンソメスープ	牛乳,レーズン蒸しパン	
23	日				天皇誕生日
24	月				振替休日
25	火	お茶,クラッカー	ご飯,手作りふりかけ,厚焼き卵,ブロッコリー,けんちん汁,ネーブル	牛乳,焼き芋	
26	水	お茶,かえり煮干	ハヤシライス,サクサクサラダ	お茶,小田巻蒸し	
27	木	お茶,ヨーグルト	ご飯,豚肉のマーマレード焼き,切干大根の煮物,ブロッコリー,麩の味噌汁	牛乳,米粉のブラウニー	
28	金	牛乳,バナナ	ご飯,鯖の塩焼き,野菜のゴマ和え,大根の味噌汁,ポンカン	牛乳,フレンチトースト	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維	
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g	
3才未満児	1日平均	461	20.4	15.3	224	2.5	178	0.30	0.34	33	1.5	724	5.4	
	園目標	465	19.0	14.3	215	2.3	190	0.25	0.28	20	1.5	450	3.2	
3才以上児	1日平均	525	23.3	18.0	220	2.7	201	0.35	0.37	37	1.8	785	5.8	
	園目標	585	24.0	18.0	258	2.5	210	0.32	0.37	23	1.6	660	3.7	