



2024年 2月

保育園給食献立表



給食回数 23回

東郷町給食センター（保育園）

給食日	献立名	主な食品とその働き 牛乳(2群)	赤の仲間 (血や肉や骨になる)		緑の仲間 (体の調子を整える)		黄の仲間 (熱や力の元になる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			肉・魚・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
1 木	ソフト麺	牛乳					ソフト麺	
	カレーミート		豚肉,大豆		にんじん(有機),トマト,かぼちゃ	たまねぎ,マッシュルーム,にんにく	米粉,砂糖,でんぷん	米ぬか油,植物油
	量型ポテトフライ						じゃがいも,米粉	植物油
	キャロットハムサラダ		チキンハム		にんじん(有機)	きゅうり,キャベツ	三温糖	オリーブ油,オリーブドレッシング
2 金	ごはん	牛乳					ごはん	
	ココア豆乳		豆乳				砂糖	植物油
	肉じゃが		豚肉		にんじん(有機)	たまねぎ,こんにゃく	きび糖,じゃがいも	米ぬか油
	いわしの蒲焼き		いわし				でんぷん,米粉	米ぬか油
節分献立 &にこにこ給食	白菜とえのきの磯香あえ		きざみのり	にんじん(有機)	はくさい,えのきたけ	三温糖		
3 土	ウインナーロールパン	牛乳					ウインナーロールパン	
	野菜ジュース				にんじん,アスパラゲール,ブロッコリー ほうれんそう	レッドキャベツ,大根,はくさい,セロリ, キャベツ,ぶどう,みかん,レタス		
5 月	ごはん	牛乳					ごはん	
	けんちん汁		鶏肉,豆腐,油揚げ		にんじん(有機)	ごぼう,大根,こんにゃく,ねぎ	さといも	米ぬか油
	みそかつ		豚肉,赤みそ				小麦粉,タピオカでんぷん,砂糖	米ぬか油
	菜の花のおかかあえ		かつお節		なばな,にんじん(有機)	キャベツ	三温糖	
6 火	ごはん	牛乳					ごはん	
	生揚げのみそ汁		豚肉,生揚げ,赤みそ,白みそ		にんじん(有機)	大根,えのきたけ,ねぎ		米ぬか油
	愛知のれんこん入りつくね		鶏肉,大豆			れんこん,たまねぎ,しょうが	でんぷん,てんさい糖	植物油,豚脂,牛脂
	納豆サラダ		納豆,チキンハム	チーズ			きゅうり,とうもろこし	三温糖
7 水	ぶどうパン	牛乳					ぶどうパン	
	ミネストローネ		ベーコン		にんじん(有機),トマト,パセリ	にんにく,たまねぎ,セロリ,マッシュルーム	じゃがいも	米ぬか油
	ハンバーグ		豚肉,大豆			たまねぎ	小麦粉,三温糖	
	花野菜のサラダ		まぐろ油漬		ブロッコリー,にんじん(有機)	レモン果汁,カリフラワー	三温糖	オリーブ油
8 木	麦ごはん	牛乳					麦ごはん	
	中華豆腐汁		鶏肉,豆腐		にんじん(有機)	たまねぎ,たけのこ,ねぎ		米ぬか油
	マーボー春雨		豚肉,赤みそ		にんじん(有機)	しょうが,にんにく,たけのこ,しいたけ,ねぎ	三温糖,春雨,でんぷん	米ぬか油,豚脂,ごま油
	小松菜のりじゃこナムル			しらす,きざみのり	小松菜(有機)	もやし	三温糖	ごま油
9 金	鶏五目ごはん	牛乳	鶏肉,ちくわ		にんじん(有機),みつば	たけのこ,こんにゃく,しいたけ	アルファ化米,アルファ化もち米	米ぬか油
	いものこ汁		豚肉,白みそ,赤みそ,豆腐		にんじん(有機)	大根,しめじ,ねぎ	さといも	米ぬか油
	白身魚のフリッター		すけとうだら	おきあみ,あおさ			小麦粉,でんぷん,三温糖,米粉	植物油
	りんご					りんご		
10 土	鶏唐揚げ弁当	牛乳		鶏肉	しょうが, グリンピース, とうもろこし にんじん, キャベツ, ほうれんそう, もやし 野菜と雑穀のかむふりかけ	ごはん, でんぷん, 揚げ油 じゃがいも, マヨネーズ, 砂糖 りんごゼリー		
13 火	中華飯	牛乳	豚肉,えび		にんじん(有機),チンゲン菜	たまねぎ,たけのこ,はくさい,きくらげ,ねぎ	麦ごはん,三温糖,でんぷん	米ぬか油,ごま油
	ぎょうざ		豚肉		にら	キャベツ,しょうが	でんぷん,砂糖,小麦粉	豚脂,ごま油
	豆乳フルーツ杏仁		豆乳			もも,パインアップル	砂糖	
14 水	サンドイッチロールパン	牛乳					サンドイッチロールパン	
	ほたてのクリーム煮		ほたてがい,鶏肉,豆乳		にんじん(有機),ブロッコリー	たまねぎ,マッシュルーム,カリフラワー	じゃがいも,米粉,砂糖,でんぷん	植物油
	ウインナー		ウインナー				三温糖	
	パリパリサラダ		大豆		赤ピーマン	キャベツ,きゅうり	じゃがいも,三温糖	植物油,オリーブ油
15 木	白玉うどん	牛乳					白玉うどん	
	五目あんかけうどんの汁		鶏肉,型抜きかまぼこ		にんじん(有機),小松菜(有機)	たまねぎ,たけのこ,もやし,ねぎ	でんぷん	米ぬか油
	厚焼き卵のあんかけ		鶏卵				砂糖,でんぷん	植物油
	切り干大根のマヨゴマサラダ		チキンハム			切干だいこん,キャベツ,きゅうり		ごま,ノンエッグ大豆マヨネーズ
16 金	ごはん	牛乳					ごはん	
	とうもろこしの薄くす汁		鶏肉,豆腐		にんじん(有機)	たまねぎ,しいたけ,とうもろこし,ねぎ	でんぷん	米ぬか油
	さば銀紙焼き		さば,赤みそ				砂糖,米粉	
	きゅうりのごま醤油あえ					きゅうり	きび糖	ごま油,ごま
17 土	チョコクロワッサン	牛乳					チョコクロワッサン	
	ぶどうの野菜ジュース				にんじん,ブロッコリー,かぼちゃ,アスパラ パセリ,ほうれん草,ケール,赤ピーマン	キャベツ,はくさい,セロリ,ぶどう,レモン, レタス		
19 月	ごはん	牛乳					ごはん	
	のっぺい汁		鶏肉,ちくわ,油揚げ		にんじん(有機),みつば	大根,しいたけ	さといも,でんぷん	米ぬか油
	サーモンフライ柚子ソース		鮭			ゆず果汁	小麦粉,でんぷん	米ぬか油
	白菜のゆかりあえ			赤しそ		はくさい,きゅうり		

太字の食材は、愛知県産です。下線の食材は、東郷町産です。斜体の食材は、公費で負担しています。《都合により、献立内容が変更したり、天候により産地が変更になる場合があります。》



2024年 2月

保育園給食献立表



給食回数 23回

東郷町給食センター（保育園）

給食日	献立名	主な食品とその働き 牛乳(2群)	赤の仲間 (血や肉や骨になる)		緑の仲間 (体の調子を整える)		黄の仲間 (熱や力の元になる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			肉・魚・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類
20 火	ごはん	牛乳					有機栽培ごはん	
	すき煮		牛肉,焼き豆腐,かまぼこ	にんじん,春菊	たまねぎ,しいたけ,こんにゃく,はくさい,しめじ,ねぎ	きび糖	米ぬか油	
	だいこん大根サラダ			にんじん	大根,きゅうり	三温糖	米ぬか油	
	パインアップル				パインアップル			
21 水	こめこ米粉のチキンカレーライス	牛乳	鶏肉	にんじん,上マト,かぼちゃ	たまねぎ,マッシュルーム,りんご,にんにく	ごはん	じゃがいも,米,小麦粉,砂糖,さつまいも	米ぬか油,植物油
	ほしがた皇型コロケ		鶏肉,豚肉,大豆		たまねぎ	じゃがいも,小麦粉	米ぬか油,豚脂	
	れんこんサラダ		チキンハム	にんじん	れんこん,きゅうり	三温糖	オリーブ油	
22 木	ごはん	牛乳					ごはん	
	さつまいものみそ汁		豚肉,白みそ	にんじん	大根,しめじ,まいたけ,ねぎ	さつまいも	米ぬか油	
	さんまみぞれ煮		さんま		大根	てんさい糖,でんぷん		
	ほうれんそうのごまあえ			ほうれんそう	もやし	三温糖	ごま	
24 土	とりから鶏唐揚げ弁当 ごはん 鶏唐揚げ ポテトサラダ ほうれんそうあえ りんごゼリー 野菜と雑穀のかむふりかけ	牛乳	鶏肉	しょうが,グリーンピース,とうもろこし にんじん,キャベツ,ほうれんそう,もやし 野菜と雑穀のかむふりかけ		ごはん,でんぷん,揚げ油 じゃがいも,マヨネーズ,砂糖 りんごゼリー		
26 月	チキンライス	牛乳	鶏肉,ウインナー	にんじん	たまねぎ,マッシュルーム	三温糖,アルファ化米	オリーブ油	
	こめこ米粉のグラタン コーン		おから,豆乳,大豆		とうもろこし,たまねぎ	じゃがいも,米粉,砂糖,でんぷん		
	はくさい白菜とベーコンのスープ		ベーコン	にんじん,パセリ	たまねぎ,セロリ,マッシュルームはくさい		米ぬか油	
	ヨーグルト		ヨーグルト					
だいごえ代替:ももゼリー				もも果汁	砂糖			
27 火	ごはん	牛乳					ごはん	
	かす汁		豚肉,生揚げ,白みそ	にんじん	大根,はくさい,ねぎ	さといも	米ぬか油	
	とりにくから鶏肉の唐揚げ		鶏肉		しょうが,にんにく	でんぷん	米ぬか油	
	なめたけあえ		きざみのり	にんじん	キャベツ,きゅうり,えのきたけ	砂糖		
28 水	ごはん	牛乳					ごはん	
	ほたてと豆腐の中華スープ		ほたて,豆腐,鶏肉	にんじん	きくらげ,はくさい,ねぎ,えのきたけ	でんぷん	米ぬか油	
	ぎゅうにく牛肉とブロッコリーの炒めもの		牛肉	にんじん,ブロッコリー	たまねぎ	三温糖	米ぬか油,ごま油	
ツナときゅうりの中華あえ	まぐろ油漬		きゅうり,キャベツ,とうもろこし	三温糖	ごま油			
29 木	ごはん	牛乳					ごはん	
	みそおでん		豚肉,生揚げ,はんぺん,赤みそ	にんじん	大根,こんにゃく	さといも,砂糖	米ぬか油	
	ひとくちや一口焼きいも					さつまいも,砂糖		
	きんぴら金平サラダ			にんじん	ごぼう,れんこん,キャベツ,とうもろこし	三温糖	練りごま,ノンエッグ大豆マヨネーズ	

☆今月のリクエストメニュー☆

- ・星型ポテトフライ (2/1)
- ・納豆サラダ (2/6)
- ・ぶどうパン (2/7)
- ・きゅうりのごま醤油あえ (2/16)
- ・ウインナーパン (2/14)
- ・カレーライス (2/21)
- ・唐揚げ (2/27)

漁業者応援プロジェクト (ほたて)

経済産業省の補助事業において、全国の学校・保育園給食用にほたてが無償提供されます。保育園給食では、北海道で水揚げされたほたてを2月と3月に提供します。

☆2月応援プロジェクトメニュー☆

- ・ほたてのクリーム煮 (2/14)
- ・ほたてと豆腐の中華スープ (2/28)

※保育園給食で初めて食べることがないよう、ほたてが未摂取の方は、ご家庭でお試しくさるようお願いいたします。



豆のパワーで丈夫な体をつくるぞ!

●大豆

大豆は、たんぱく質が豊富なので、「畑の肉」とも言われています。とうふ、油あげなどが大豆加工品、大豆を発酵させて作るみそ、しょうゆ、納豆などもあります。

●小豆

「小さい豆」と書いて、小豆と読みます。あんなこの材料になります。赤い色が魔よけになるといって赤飯などにも使われます。

●えんどう

緑色の豆でうぐいすあんの原料になります。未熟なえんどうは、「グリーンピース」として、また若いさやば、は、「さやえんどう」として食べられます。

●そらまめ

絵本でもあるようにさやの内側はふかふかしています。昔ばなしにも登場するそらまめは、奈良時代に中国から日本にやってきました。

●ささげ

漢字で「大角豆」と書きます。小豆に似ていますが、荷崩れしにくく、炊いても胸が破れにくいので小豆の代わりに赤飯によく使われます。

●ひよこ豆(ガルバンゾー)

煮込み料理やサラダなどに使うとおいしい豆です。ガルバンゾーというのはスペイン語での呼び名です。なんだか力が出そうなお名前ですね。

●レンズ豆

凸レンズのような形をしているのでこの名前がつけました。レンズ豆は水で戻す必要がなく、そのまま料理に使うことができるのでとても手軽な豆です。

