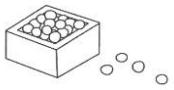




令和7年度2月食事だより



今月の献立の中で、お家で食べたことがない食材については、2回以上食べておいてください。
※果物以外の食材は十分に加熱しています。
※やむを得ず、献立を変更する場合があります。ご了承ください。手作りおやつには、献立の前に★マークを付けています。
※中華めん・うどんは、そばと同一製造ラインで製造されています。

八尾市こども若者部こども施設運営課

| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 材 料 名 | | | |
|--------------|-------|--|--|----------------------------------|--|---|
| | | | 黄 | 赤 | 緑 | |
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | その他 |
| 2月 | 午前おやつ | 牛乳 棒チーズ | | 牛乳 棒チーズ | | |
| | 昼食 | ごはん 肉豆腐 花かつお和え | 米 てんさい糖、コーン油 てんさい糖 | 木綿豆腐、牛肉、削り節 花かつお | たまねぎ、糸こんにゃく、にんじん キャベツ、チンゲン菜 | 濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★スティックパイ ぼんち揚げ | パイシート、グラニュー糖、小麦粉 ぼんち揚げ | 牛乳 | | |
| 3火 節 分 | 午前おやつ | 牛乳 カルルス | カルルス | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ちらしずし おひたし すまし汁 | 米、てんさい糖 てんさい糖 | ちらしかまぼこ、高野豆腐、削り節 花ふ、削り節 | にんじん、いんげん、干しいたけ、だし昆布、きざみのり はくさい、ほうれん草 青ねぎ、だし昆布、わかめ | 酢、濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩 淡口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★鬼まんじゅう | さつまいも、小麦粉、てんさい糖、上新粉 | 牛乳 | | ベーキングパウダー、塩 |
| 4水 | 午前おやつ | 牛乳 マンナビスケット | マンナビスケット | 牛乳 | | |
| | 昼食 | みそラーメン ジャーマンポテト | 中華めん、ごま油 じゃがいも、コーン油 | ぶた肉、みそ、赤みそ ベーコン | はくさい、もやし、にんじん、たけのこ、青ねぎ たまねぎ | とりがらスープ、濃口しょうゆ マギーブイヨン、塩 |
| | 午後おやつ | ★ふりかけおにぎり ★じゃこと干しいたけの佃煮 | 米 てんさい糖、白ごま | かつおぶりかけ ちりめんじゃこ | 味付けのり 干しいたけ | 濃口しょうゆ、みりん、酒 |
| 5木 | 午前おやつ | 牛乳 おさかなウィンナー | | 牛乳 おさかなウィンナー | | |
| | 昼食 | 若ごぼうの炊き込みごはん キャベツとツナの和え物 みそ汁 | 米、てんさい糖 てんさい糖 | とり肉、うすあげ ツナ みそ、削り節、煮干し | 若ごぼう、にんじん、だし昆布 キャベツ たまねぎ、えのきたけ、青ねぎ | 濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★ぶどうゼリー クッキー | クールゼリーの素 クッキー | 牛乳 | ぶどうジュース | |
| 6金 | 午前おやつ | 牛乳 たべっ子ベイベー | たべっ子ベイベー | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ロールパン（卵なし） クリームシチュー シューマイ <small>カリフラワーとブロッコリーのドレッシング和え</small> | ロールパン（卵なし） じゃがいも、コーン油 コーン油、てんさい糖 | とり肉 シューマイ | たまねぎ、にんじん、コーン、グリーンピース ブロッコリー、カリフラワー | シチューフレーク（ <small>アレルギー</small> ソフリー）、塩 酢、塩 |
| | 午後おやつ | ★ばち汁 | ばち | うすあげ、削り節 | しめじ、にんじん、青ねぎ、だし昆布 | 淡口しょうゆ |
| 7土 | 午前おやつ | 牛乳 野菜ハイハイン | 野菜ハイハイン | 牛乳 | | |
| | 昼食 | 中華どんぶり ごぼうサラダ | 米、かたくり粉 マヨネーズ（卵なし） | ぶた肉、なると | はくさい、たまねぎ、もやし、にんじん、青ねぎ、干しいたけ ごぼう、コーン | とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩 塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 源氏パイ ラムネ | 源氏パイ ラムネ | 牛乳 | | |
| 9月 | 午前おやつ | 牛乳 ビスコ | ビスコ | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ハヤシライス 切り干し大根の甘酢和え | 米、コーン油 てんさい糖、白ごま | 牛肉 | たまねぎ、にんじん、グリーンピース きゅうり、にんじん、切り干しだいこん | ハヤシベース（ <small>アレルギー</small> ソフリー） 酢、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★大学芋 | さつまいも、てんさい糖、ざらめ、コーン油、黒ごま | 牛乳 | | |
| 10火 | 午前おやつ | コアカアプラス | | コアカアプラス | | |
| | 昼食 | ごはん さわらの照り焼き ひじきと大豆の炒り煮 なめこ汁 | 米 てんさい糖、コーン油 | さわら うすあげ、大豆、削り節 みそ、削り節、煮干し | にんじん、ひじき たまねぎ、なめこ、青ねぎ | 濃口しょうゆ、みりん、酒 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 いよかん 豆乳ウエハース | 豆乳ウエハース | 牛乳 | いよかん | |
| 12木 | 午前おやつ | 牛乳 おこめぼん棒 | おこめぼん棒 | 牛乳 | | |
| | 昼食 | イタリアンスパゲティ 菜果サラダ コンソメスープ | スパゲティ、コーン油 てんさい糖 | ウィンナー | たまねぎ、にんじん、ピーマン キャベツ、みかん、きゅうり かぶ、コーン | トマトケチャップ、とんかつソース、塩 酢、塩 マギーブイヨン、塩 |
| | 午後おやつ | ★そうすい | 米 | 削り節 | えのきたけ、にんじん、チンゲン菜、だし昆布、きざみのり | 濃口しょうゆ、塩 |
| 13金 | 午前おやつ | 牛乳 マンナウエファー | マンナウエファー | 牛乳 | | |
| | 昼食 | 大根めし しろなのゆかり和え すまし汁 | 米、てんさい糖 | とり肉、うすあげ ゆば、削り節 | だいこん、にんじん、だし昆布 しろな、にんじん 青ねぎ、だし昆布、わかめ | 濃口しょうゆ、みりん、塩 ゆかり 淡口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★ココアむしパン | 小麦粉、てんさい糖、バター | 牛乳 牛乳 | | ベーキングパウダー、ココア |
| 14土 | 午前おやつ | 牛乳 アパ [®] ツマのバ [®] ビ [®] -せんべい | アパ [®] ツマのバ [®] ビ [®] -せんべい | 牛乳 | | |
| | 昼食 | 中華風まぜごはん こまつ菜のごまみそ和え ワントンスープ | 米、てんさい糖、コーン油 てんさい糖、白ごま | ぶた肉 みそ 肉入りワントン | にんじん、たけのこ、グリーンピース、しょうが、干しいたけ こまつ菜 えのきたけ、青ねぎ | 濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★マカロニあべ川 | ツイストマカロニ、てんさい糖 | 牛乳 きなこ | | 塩 |
| 16月 | 午前おやつ | 牛乳 アパ [®] ツマのバ [®] ビ [®] スナック | アパ [®] ツマのバ [®] ビ [®] スナック | 牛乳 | | |
| | 昼食 | カレーライス かぶの甘酢漬け | じゃがいも、米、コーン油 てんさい糖 | 牛肉 | たまねぎ、にんじん かぶ、にんじん、きゅうり、だし昆布 | カレーフレーク（ <small>アレルギー</small> ソフリー） 酢、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★スナックコーンフレーク ラムネ | コーンフレーク、マシュマロ、バター ラムネ | 牛乳 | | |

| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 材 料 名 | | | |
|--------------------|-------|---|------------------------------------|----------------------------------|---|--|
| | | | 黄 | 赤 | 緑 | |
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | その他 |
| 17 火 | 午前おやつ | 牛乳 ピピピチーズ | | 牛乳 ピピピチーズ | | |
| | 昼食 | しっぽくうどん キャベツとハムの和え物 | さといも、かたくり粉、てんさい糖、うどん てんさい糖 | とり肉、うすあげ、削り節 ハム | だいこん、にんじん、ごぼう、青ねぎ、だし昆布 キャベツ | 淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | ★焼きおにぎり ★佃煮 | 米 てんさい糖、白ごま | 花かつお | だし昆布 | 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ |
| 18 水 | 午前おやつ | 牛乳 おこさませんべい | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ごはん 豚肉のりんごソース煮 ひじきの三杯酢 厚揚げのうすくず汁 | 米 てんさい糖 かたくり粉 | ぶた肉、みそ 厚あげ、削り節 | りんご、たまねぎ、しょうが きゅうり、にんじん、ひじき えのきだけ、にんじん、青ねぎ | 濃口しょうゆ、塩 酢、濃口しょうゆ 淡口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★かぼちゃグラタン | コーン油、パン粉 | 牛乳 ベーコン | かぼちゃ、たまねぎ、ブロッコリー | シチューフレーク(フルグソフ)、塩 |
| 19 木 | 午前おやつ | 牛乳 マンナビスケット | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ごはん 煮魚 白和え みそ汁 | 米 てんさい糖 てんさい糖、白ごま | さば 木綿豆腐、白みそ みそ、削り節、煮干し | 青ねぎ、しょうが ほうれん草、こんにゃく、にんじん にんじん、青ねぎ、切り干しだいこん | 濃口しょうゆ、酒、みりん、塩 淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | コアコアプラス ★さつま芋スティック | さつまいも、コーン油 | コアコアプラス | | 塩 |
| 20 金 | 午前おやつ | 牛乳 おさかなウィンナー | | 牛乳 おさかなウィンナー | | |
| | 昼食 | えんどうごはん 肉団子の五目煮 れんこんの花かつお和え | 米 かたくり粉、てんさい糖 てんさい糖 | とりミンチ、削り節 花かつお | えんどう豆 たまねぎ、キャベツ、にんじん、チンゲン菜、しょうが、干ししいたけ れんこん | 塩 濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 いよかん マリー | | 牛乳 | いよかん | |
| 21 土 発表会 | 午前おやつ | 牛乳 おこめぼん棒 | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | チャーハン じゃが芋のごま和え スープ | 米、コーン油 じゃがいも、白ごま、てんさい糖 | 焼き豚 かまぼこ | たまねぎ、にんじん、グリーンピース いんげん 青ねぎ、わかめ | 濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩 とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 たべっ子どうぶつ ぱりんこ | | 牛乳 | | |
| 24 火 | 午前おやつ | 牛乳 マンナウエファー | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | 肉ごはん ちりめん和え みそ汁 | 米、てんさい糖、コーン油 てんさい糖 | 牛肉 ちりめんじゃこ みそ、ふ、削り節、煮干し | にんじん、グリーンピース、しょうが、だし昆布、干ししいたけ はくさい、ほうれん草 たまねぎ、青ねぎ | 濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★にんじんとりんごのゼリー ココアクッキー | クールゼリーの素 ココアクッキー | 牛乳 | りんごジュース、にんじんジュース | |
| 25 水 誕生会 | 午前おやつ | 牛乳 ビスコ | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ケチャップライス フレンチサラダ ポテトフライ コンソメスープ | 米、コーン油 コーン油、てんさい糖 じゃがいも、コーン油 | ぶた肉 | たまねぎ、にんじん、ピーマン キャベツ、きゅうり、にんじん しめじ、コーン | トマトケチャップ、塩 酢、塩 塩 マギーブイヨン、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★フルーツケーキ | 米粉、てんさい糖、コーン油 | 牛乳 豆乳 | 黄桃、パイナップル | ベーキングパウダー |
| 26 木 | 午前おやつ | コアコアプラス | | コアコアプラス | | |
| | 昼食 | ごはん とり肉の甘辛煮 拌三絲 すまし汁 | 米 てんさい糖 はるさめ、てんさい糖、ごま油 | とり肉 ハム ゆば、削り節 | キャベツ、きゅうり、にんじん えのきだけ、青ねぎ、だし昆布 | 濃口しょうゆ、酒、みりん 酢、濃口しょうゆ、塩 淡口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★かるかん | 上新粉、ながいも、てんさい糖、甘納豆 | 牛乳 | | ベーキングパウダー |
| 27 金 | 午前おやつ | 牛乳 コーンフロスティ | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ごはん 鮭の塩焼き 若ごぼうのきんぴら みそ汁 | 米 コーン油、てんさい糖、白ごま | さけ ぶた肉、削り節 みそ、うすあげ、削り節、煮干し | れんこん、若ごぼう、こんにゃく、にんじん たまねぎ、青ねぎ | 濃口しょうゆ、みりん、塩 |
| | 午後おやつ | 牛乳 ★大豆ナゲット | マヨネーズ（卵なし）、パン粉、かたくり粉 | 牛乳 とりミンチ、木綿豆腐、大豆 | | トマトケチャップ、塩 |
| 28 土 | 午前おやつ | 牛乳 ﾌｨﾙﾅﾏﾝのﾊﾞﾋﾞｰｾﾝﾍﾞｲ | | 牛乳 | | |
| | 昼食 | ごはん マーボー豆腐 チンゲン菜とエリンギの中華和え | 米 かたくり粉、てんさい糖、コーン油、ごま油 ごま油 | 木綿豆腐、豚ミンチ、みそ | たまねぎ、にんじん、ピーマン、干ししいたけ チンゲン菜、エリンギ | とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | ★にゅうめん | そうめん | かまぼこ、うすあげ、削り節 | 青ねぎ、だし昆布 | 淡口しょうゆ、みりん、塩 |

