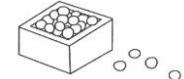


令和7年度2月食事だより



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	その他
			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	
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 ほんち揚げ	パイシート、グラニュー糖、小麦粉 ほんち揚げ	牛乳		
3月 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	ちらしつまほこ、高野豆腐、削り節 花ふ、削り節	にんじん、いんげん、干しこいだけ、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		ペーリングパウダー、塩
4月	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	みぞラーメン 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 ★じゃこと干しこいだけの佃煮	米 てんさい糖、白ごま	かつおふりかけ ちりめんじゃこ	味付けのり 干しこいだけ	濃口しょうゆ、みりん、酒
5月	午前おやつ	牛乳 おさかなワインナー		牛乳 おさかなワインナー		
	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 みぞ汁	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、えのきだけ、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月	午前おやつ	牛乳 たべっ子ベイビー	たべっ子ベイビー	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 かわらーとアロカリーのドレッシング和え	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、グリンピース プロッコリー、カリフラワー	シチューフレーク（アレゲンソフリ） 酢、塩
	午後おやつ	★ぱち汁	ぱち	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月	午前おやつ	牛乳 野菜ハイハイ	野菜ハイハイ	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 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 ピスコ	ピスコ	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（アレゲンソフリ） 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月	午前おやつ	コアコアプラス		コアコアプラス		
	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月	午前おやつ	牛乳 おこめぽん棒	おこめぽん棒	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	ワインナー	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	★ぞうすい	米	削り節	えのきだけ、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月	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		ベーリングパウダー、ココア
14月	午前おやつ	牛乳 アボカドのベビーベンベイ	アボカドのベビーベンベイ	牛乳		
	昼食	中華風まぜごはん こまつ菜のごまみそ和え ワンタンスープ	米、てんさい糖、コーン油 てんさい糖、白ごま	ぶた肉 みそ 肉入りワンタン	にんじん、たけのこ、グリンピース、しょうが、 干しこいだけ こまつ菜 えのきだけ、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 アボカドスムージー	アボカドスムージー	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（アレゲンソフリ） 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	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(フレークソフリ)、塩
19 木	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	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 おさかなワインナー		牛乳 おさかなワインナー		
	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、干しこじたけ 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 マリー	いよかん	
21 土 発表会	午前おやつ	牛乳 おこめぼん棒	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	たべっ子どうぶつバター味 ぱりんこ	牛乳		
24 火	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	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、グリンピース、しょうが、だし昆布、 干しこじたけ 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 ピスコ	ピスコ	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、パイン	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	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 アボカドのペペーせんべい	アボカドのペペーせんべい	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、干しこじたけ 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

