

獻 立 表

2026年 02月
こじか福祉会 幼児食

16	1月	16 ハヤシライス プロッコリーのサラダ 白菜スープ	米、小麦粉、片栗粉、じゃがいも	豚肉(もも)、豚肉(ばら)、ピザ用チーズ、マヨドレ	グレープフルーツ、たまねぎ、プロッコリー、白菜、人参、ねぎ、キャベツ、にら、コーン缶、マッシュルーム、しいたけ、しめじ、グリンピース(冷凍)	鳥がらだし汁、コンソメ、中華だしの素	むらさきいもせんべい チーズチヂミ グレープフルーツ ほうじ茶	エネルギー 664 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 19.5 g
17	2月	17 ごはん かじきの照り焼き 火 春菊とえのきの和え物 みそ汁	米、さつまいも、じゃがいも	牛乳、まかじき、油揚げ、白みそ	りんご、しゅんぎく、れんこん、人参、キャベツ、えのきだけ、さやえんどう	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、コンソメ、本みりん、食塩	豆乳クッキー キャロットピラフ りんご 牛乳	エネルギー 671 kcal たんぱく質 28.8 g 脂 質 11.9 g
18	3月	18 ごはん 信田煮 水 ほうれん草としらすのおかか和え みそ汁	米、じゃがいも、小麦粉、三温糖	牛乳、鶏もも肉、油揚げ、バター、白みそ、しらす干し、かつお節	ほうれんそう、バナナ、はくさい、人参、玉ねぎ、しめじ、いんげん	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ、食塩	きなこフィンガービスケット かたつむりクッキー バナナ 牛乳	エネルギー 584 kcal たんぱく質 27.2 g 脂 質 18.1 g
19	4月	19 食パン カレー風味チキンかつ 木 グリル野菜(南瓜・スナップ・カリフラワー) ジュリアンスープ みかん	食パン、マカロニ、小麦粉、パン粉、油	鶏がらスープ、牛乳、鶏もも肉、乳・卵抜きベーコン、バター	みかん、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、ビーマン、スナップえんどう、カリフラワー、キャベツ、セロリー	ケチャップ、カレー粉、コンソメ、食塩、塩(並塩)	鉄塩せん マカロニナポリタン 牛乳	エネルギー 585 kcal たんぱく質 26.1 g 脂 質 23.0 g
20	5月	20 ごはん 豚肉の生姜焼き 金 かぼちゃサラダ みそ汁	米、三温糖、油	豚肉(ロース・脂身なし)、ヨーグルト(無糖)、マヨドレ、白みそ	玉ねぎ、かぼちゃ、いちご、バナナ、トマト、プロッコリー、なめこ、あさつき、カットわかめ、レモン果汁、生姜	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ	かぼちゃボーロ いちごとバナナヨーグルト ほうじ茶	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.1 g 脂 質 16.4 g
21	6月	21 チキンライス 温野菜(赤パプリカ・プロッコリー) 土 キャベツスープ	米、小麦粉、砂糖、油、じゃがいもでん粉、ショートニング	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、絹ごし豆腐、きな粉、脱脂粉乳	プロッコリー、玉ねぎ、キャベツ、オレンジ、赤ピーマン、グリンピース(冷凍)、コーン(冷凍)、人参	鳥がらだし汁、ケチャップ、コンソメ、食塩	鉄塩せん きなこフィンガービスケット オレンジ 牛乳	エネルギー 572 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 16.8 g

日曜日

天皇誕生日

24	1月	24 ごはん 油淋鶏 火 わかめときゅうりの酢の物 青梗菜スープ	米、小麦粉、三温糖、油、片栗粉	鶏もも肉、牛乳、きな粉	パナナ、きゅうり、トマト、チングンサイ、ねぎ、大根、人参、干ししいたけ、カットわかめ、生姜	鳥がらだし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、コンソメ	豆乳クッキー きなこ蒸しパン バナナ ほうじ茶	エネルギー 658 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 22.9 g
25	2月	25 ごはん 肉豆腐 水 小松菜と油揚げのお浸し みそ汁	米、さつまいも、三温糖、油	牛乳、焼き豆腐、豚肉(もも)、油揚げ、白みそ、かつお節	グレープフルーツ、かぼちゃ、こまつな、人参、しいたけ、ねぎ、しらたき、あさつき、生姜	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、みりん	きなこフィンガービスケット 大学芋 グレープフルーツ 牛乳	エネルギー 556 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 15.2 g
26	3月	26 ほうれん草のクリームパスタ 温野菜(さつまいも・プロッコリー・赤パプリカ) 木 コンソメスープ	食パン、さつまいも、スパゲティー、小麦粉、三温糖	牛乳、ベーコン、乳・卵抜きベーコン、ピザ用チーズ	ほうれんそう、プロッコリー、玉ねぎ、赤ピーマン、しめじ、いちご、コーン(冷凍)、ピーマン、コーン缶、バゼリ	鳥がらだし汁、ケチャップ、コンソメ、食塩	鉄塩せん ピザトースト いちご 牛乳	エネルギー 615 kcal たんぱく質 25.1 g 脂 質 19.7 g
27	4月	27 大豆ごはん さわらの照り焼き 金 ふろふき大根 すまし汁	米、ビーフン、三温糖、油	さわら、豚肉(もも)、大豆(ゆで)、白みそ	りんご、大根、人参、ほうれんそう、かぼちゃ、たけのこ(ゆで)、しめじ、ごぼう、にら、干ししいたけ	かつお・昆布だし汁、しいたけだし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	かぼちゃボーロ 五目ビーフン りんご ほうじ茶	エネルギー 628 kcal たんぱく質 28.0 g 脂 質 14.9 g
28	5月	28 麻婆豆腐丼 中華和え 土 ニラスープ	米、小麦粉、コーンパウダー、コーンスターチ、三温糖、砂糖、ショートニング、片栗粉、油、ごま油	牛乳、鶏がらスープ、絹ごし豆腐、豚ひき肉、白みそ	グレープフルーツ、にら、もやし、玉ねぎ、ねぎ、こまつな、人参、あさつき、生姜	鳥がらだし汁、しょうゆ、酢、コンソメ、食塩	鉄塩せん コーンクッキー グレープフルーツ 牛乳	エネルギー 629 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 16.6 g

オレンジ色のメニューはきりん組さんのリクエストメニューです