



2021年2月 予定献立表

ミルキーホーム都賀園

3歳以上児用

日	曜	献立名	午後おやつ	材 料 名		
				血・肉・骨になるもの	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの
1	月	ごはん キャロットオムレツ れんこんの金平 味噌汁 フルーツ	牛乳 さつま芋もち	卵 豆乳 白ごま 味噌	白米 植物油 三温糖 さつま芋 片栗粉	人参 パセリ れんこん キャベツ しめじ フルーツ
2	火	ごはん ぶりの照焼 即席漬 味噌汁 フルーツ	牛乳 りんごヨーグルト ビスケット	ぶり 塩昆布 味噌 ヨーグルト	白米 三温糖 上白糖	根生姜 白菜 胡瓜 人参 ほうれん草 玉葱 りんご フルーツ
3	水	鬼ライス ブロッコリーサラダ 豆のスープ ミニゼリー	牛乳 恵方巻ロール	鶏もも肉 大豆水煮 ウインナー 鶏挽肉	白米 植物油 スパゲティ 食パン マヨネーズタイプ調味料	人参 玉葱 レーズン グリーンピース ブロッコリー キャベツ しめじ いちごジャム
4	木	ごはん 豚肉の生姜焼 フレンチサラダ 清し汁 フルーツ	牛乳 おふのラスク	豚もも肉 わかめ バター	白米 植物油 麩 グラニュー糖	根生姜 玉葱 人参 キャベツ りんご みかん缶 えのき茸 フルーツ
5	金	おにぎり かきたま汁 焼き魚 フルーツ	牛乳 メープルケーキ	白ごま 青のり 鶏もも肉 あさり水煮 卵 ししゃも 豆腐	白米 植物油 片栗粉	人参 玉葱 キャベツ しめじ もやし ほうれん草 フルーツ
8	月	ごはん すき焼き風煮 粉吹芋 味噌汁 フルーツ	牛乳 パンブキンサンド	豚もも肉 しらたき 卵 焼豆腐 味噌 バター	白米 植物油 三温糖 じゃが芋	人参 玉葱 エリンギ ほうれん草 切干大根 フルーツ
9	火	ごはん 鯖の味噌煮 ごま和え スープ フルーツ	牛乳 チーズトースト	鯖 味噌 白ごま 豆腐 ベーコン チーズ	白米 三温糖 食パン	根生姜 ほうれん草 キャベツ 人参 にら フルーツ
10	水	焼うどん ブロッコリー 味噌汁 フルーツ	牛乳 ツナごはん	豚もも肉 削り節 味噌 鯖水煮 白ごま	茹うどん 植物油 白米 米粒麦 三温糖	人参 玉葱 キャベツ ブロッコリー なめこ 長葱 根生姜 フルーツ
12	金	ごはん 五目豆 鮭のオイル焼き 清し汁 フルーツ	牛乳 ホットケーキ	大豆水煮 豚もも肉 こんにゃく 昆布 鮭 牛乳	白米 植物油 三温糖 米粉	ごぼう 人参 さやいんげん 大根 小松菜 黄桃缶 フルーツ
15	月	ごはん コーン入りオムレツ ひじきの煮付 味噌汁 フルーツ	牛乳 青のりポテト	卵 芽ひじき 油揚げ 味噌 青のり	白米 三温糖 植物油 じゃが芋	クリームコーン パセリ 人参 かぶ かぶの葉 フルーツ
16	火	ごはん めかじきの竜田揚げ 和風サラダ スープ フルーツ	牛乳 ミートマカロニ	めかじき わかめ 豚挽肉	白米 片栗粉 植物油 三温糖 マカロニ	根生姜 キャベツ 胡瓜 人参 もやし チンゲン菜 玉葱 フルーツ
17	水	ごはん 生揚げのそぼろあん 南瓜の含め煮 味噌汁 フルーツ	牛乳 しらすトースト	生揚げ 豚挽肉 味噌 しらす干し	白米 植物油 三温糖 片栗粉 食パン マヨネーズタイプ調味料	根生姜 玉葱 人参 しめじ 南瓜 白菜 ほうれん草 フルーツ
18	木	ごはん 炒めビーフン 鶏レバーの味噌焼 清し汁 フルーツ	牛乳 マシュマロサンド	豚もも肉 鶏レバー 味噌 白ごま	白米 ビーフン 植物油 三温糖 麩	人参 玉葱 キャベツ エリンギ ほうれん草 根生姜 にんにく 小松菜 フルーツ
19	金	カレーライス 中華風お浸し 野菜ジュース	牛乳 オレンジゼリー せんべい	豚もも肉 豆乳 白ごま	白米 じゃが芋 植物油 米粉 ごま油 三温糖	にんにく 根生姜 人参 玉葱 りんご もやし ほうれん草 オレンジジュース 野菜ジュース
22	月	ごはん 厚焼卵 切干大根の煮付 ブロッコリー 味噌汁 フルーツ	牛乳 お好み焼き	卵 油揚げ 味噌 豚挽肉 削り節 青のり	白米 三温糖 植物油 小麦粉	切干大根 人参 ブロッコリー しめじ 玉葱 キャベツ 長葱 フルーツ
24	水	ツナときのこのトマトパスタ 高野豆腐の含め煮 清し汁 フルーツ	牛乳 焼おにぎり	鯖油漬 高野豆腐 味噌	スパゲティ 植物油 三温糖 白米	人参 玉葱 キャベツ しめじ マッシュルーム トマト水煮 かぶ かぶの葉 フルーツ
25	木	ごはん 鶏ハンバーグ コールスローサラダ スープ フルーツ	牛乳 フルーツカナッペ	鶏挽肉 味噌 生クリーム	白米 片栗粉 マヨネーズタイプ調味料	人参 玉葱 ビーマン 根生姜 キャベツ 胡瓜 ホールコーン 小松菜 みかん缶 黄桃缶 フルーツ
26	金	中華丼 煮豆 清し汁 フルーツ	牛乳 チーズ蒸しパン	豚挽肉 ロースハム 金時豆 わかめ チーズ	白米 植物油 三温糖 片栗粉	人参 エリンギ 白菜 もやし 長葱 フルーツ

材料の都合により献立を変更する場合があります。御了承ください。

《平均栄養価》

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
647kcal	23.9g	18.9g	257mg	2.3g



2021年2月 予定献立表

ミルキーホーム都賀園

1～2歳児用

日	曜	献立名	午前おやつ	午後おやつ	材 料 名		
					血・肉・骨になるもの	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの
1	月	ごはん キャロットオムレツ れんこんの金平 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 さつまいももち	卵 豆乳 白ごま 味噌	白米 植物油 三温糖 さつまいも 片栗粉	人参 パセリ れんこん キャベツ しめじ フルーツ
2	火	ごはん ぶりの照焼 即席漬 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 りんごヨーグルト ビスケット	ぶり 塩昆布 味噌 ヨーグルト	白米 三温糖 上白糖	根生姜 白菜 胡瓜 人参 ほうれん草 玉葱 りんご フルーツ
3	水	鬼ライス ブロッコリーサラダ 豆のスープ ミニゼリー	牛乳	牛乳 恵方巻ロール	鶏もも肉 ウインナー 大豆水煮 鶏挽肉	白米 植物油 スパゲティ 食パン マヨネーズタイプ調味料	人参 玉葱 レーズン グリーンピース ブロッコリー キャベツ しめじ いちごジャム
4	木	ごはん 豚肉の生姜焼 フレンチサラダ 清し汁 フルーツ	野菜 ジュース	牛乳 おふのラスク	豚もも肉 わかめ バター	白米 植物油 麩 グラニュー糖	根生姜 玉葱 人参 キャベツ りんご 胡瓜 みかん缶 えのき茸 フルーツ
5	金	おにぎり かきたま汁 さつまいもの甘煮 フルーツ	牛乳	牛乳 メープルケーキ	白ごま 青のり 鶏もも肉 あさり水煮 卵 豆腐	白米 植物油 片栗粉 さつまいも 三温糖	人参 玉葱 キャベツ しめじ もやし ほうれん草 フルーツ
8	月	ごはん すき焼き風煮 粉吹芋 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 パンキンサンド	豚もも肉 焼豆腐 卵 味噌 バター	白米 しらたき 植物油 三温糖 じゃが芋	人参 玉葱 エリンギ ほうれん草 切干大根 万能葱 南瓜 フルーツ
9	火	ごはん 煮魚 ごま和え スープ フルーツ	牛乳	牛乳 チーズトースト	金目鯛 白ごま 豆腐 ベーコン チーズ	白米 三温糖 片栗粉 食パン	ほうれん草 キャベツ 人参 フルーツ
10	水	焼うどん ブロッコリー 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 ツナごはん	豚もも肉 削り節 味噌 鰯油漬 白ごま	茹うどん 植物油 白米 米粒麦 三温糖	人参 玉葱 キャベツ ブロッコリー なめこ 長葱 フルーツ
12	金	ごはん 鮭のオイル焼 五目豆 清し汁 フルーツ	牛乳	牛乳 ホットケーキ	鮭 大豆水煮 豚もも肉 刻み昆布 牛乳	白米 米粉 植物油 三温糖	ごぼう 人参 さやいんげん 大根 小松菜 黄桃缶 フルーツ
15	月	ごはん コーン入りオムレツ ひじきの煮付 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 青のりポテト	卵 芽ひじき 油揚げ 味噌 青のり	白米 三温糖 植物油 じゃが芋	クリームコーン パセリ 人参 かぶ かぶの葉 フルーツ
16	火	ごはん めかじきの竜田揚げ 和風サラダ スープ フルーツ	牛乳	牛乳 ミートマカロニ	めかじき わかめ 豚挽肉	白米 片栗粉 植物油 三温糖 マカロニ	根生姜 キャベツ 胡瓜 人参 もやし チンゲン菜 玉葱 フルーツ
17	水	ごはん 豆腐の五目煮 南瓜の含め煮 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 しらすトースト ブルーネ	豆腐 豚挽肉 味噌 しらす干し	白米 植物油 三温糖 片栗粉 食パン マヨネーズタイプ調味料	根生姜 玉葱 人参 しめじ 南瓜 白菜 ほうれん草 フルーツ
18	木	ごはん 炒めビーフン 鶏レバーの味噌焼 清し汁 フルーツ	牛乳	牛乳 マッシュマロサンド	豚挽肉 鶏レバー 味噌 白ごま	白米 ビーフン 植物油 三温糖 麩	人参 玉葱 キャベツ エリンギ ほうれん草 根生姜 にんにく 小松菜 フルーツ
19	金	カレーライス 中華風お浸し 野菜ジュース	牛乳	牛乳 オレンジゼリー せんべい	豚もも肉 豆乳 白ごま	白米 じゃが芋 植物油 米粉 ごま油 三温糖	にんにく 根生姜 人参 玉葱 りんご もやし ほうれん草 野菜ジュース オレンジジュース
22	月	ごはん 厚焼卵 切干大根の煮付 ブロッコリー 味噌汁 フルーツ	牛乳	牛乳 お好み焼き	卵 油揚げ 味噌 豚挽肉 削り節 青のり	白米 三温糖 植物油 小麦粉	切干大根 人参 ブロッコリー しめじ 玉葱 キャベツ 長葱 フルーツ
24	水	ツナときのこのトマトパスタ 高野豆腐の含め煮 清し汁 フルーツ	牛乳	牛乳 焼おにぎり	鰯油漬 高野豆腐 味噌	スパゲティ 植物油 三温糖 白米	人参 玉葱 キャベツ しめじ マッシュルーム トマト水煮 かぶ かぶの葉 フルーツ
25	木	ごはん 鶏ハンバーグ コールスローサラダ スープ フルーツ	りんご ジュース	牛乳 フルーツカ ナッペ	鶏挽肉 味噌 生クリーム	白米 片栗粉 マヨネーズタイプ調味料	根生姜 ビーマン キャベツ 胡瓜 人参 ホールコーン 玉葱 小松菜 みかん缶 黄桃缶 フルーツ
26	金	中華丼 煮豆 清し汁 フルーツ	牛乳	牛乳 チーズ蒸しパ ン	豚挽肉 ロースハム 金時豆 わかめ チーズ	白米 植物油 三温糖 片栗粉	人参 エリンギ 白菜 もやし 長葱 フルーツ

材料の都合により献立を変更する場合があります。御了承ください。

《平均栄養価》

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
495kcal	1930g	16.0g	258mg	1.8g



2021年2月土曜日曜 予定献立表 ミルキーホーム都賀園

日	曜	献立名	午後おやつ	材 料 名		
				血・肉・骨になるもの	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの
6	土	キーマカレーライス ブロッコリー 野菜ジュース	牛乳 ヨーグルト せんべい	豚挽肉	白米 植物油 じゃが芋	玉葱 人参 ブロッコリー 野菜ジュース
7	日	三色丼 南瓜のバター煮 清し汁 みかん缶	牛乳 ミニゼリー 菓子	鶏挽肉 バター わかめ	白米 三温糖 ごま油 麩	ほうれん草 人参 南瓜 みかん缶
11	木・祝	チャーハン 春雨スープ ミックスフルーツ缶	牛乳 ミニゼリー 菓子	鶏挽肉	白米 ごま油 春雨	人参 長葱 ホールコーン グリーンピース チンゲン菜 しめじ ミックスフルーツ缶
13	土	ごはん 豚肉の甘辛焼き 三色おかか和え 味噌汁 みかん缶	牛乳 ミニゼリー 菓子	豚もも肉 削り節 油揚げ 味噌	白米 三温糖	根生姜 長葱 ほうれん草 白菜 人参 もやし みかん缶
14	日	ハッシュドチキン スープ ミックスフルーツ缶	牛乳 ヨーグルト せんべい	鶏挽肉 バター	白米 三温糖 植物油 小麦粉	玉葱 しめじ トマト水煮 キャベツ 人参 パセリ ミックスフルーツ缶
20	土	ごはん 鶏つくね 和風マカロニサラダ 味噌汁 ミックスフルーツ缶	牛乳 ヨーグルト せんべい	鶏挽肉 味噌	白米 パン粉 片栗粉 三温糖 マカロニ マヨネーズタイプ調味料	長葱 人参 根生姜 キャベツ 胡瓜 かぶ かぶの葉 ミックスフルーツ缶
21	日	中華風まぜごはん 中華風コーンスープ みかん缶	牛乳 ミニゼリー 菓子	豚挽肉	白米 ごま油 三温糖	小松菜 人参 エリンギ クリームコーン 玉葱 みかん缶
23	火・祝	きのこごはん キャベツの昆布和え 清し汁 ミックスフルーツ缶	牛乳 ミニゼリー 菓子	油揚げ 鶏挽肉 塩昆布 豆腐	白米 三温糖	人参 エリンギ しめじ えのき茸 グリンピース キャベツ 長葱 ミックスフルーツ缶
27	土	ごはん タンドリーチキン ほうれん草ソテー スープ みかん缶	牛乳 ミニゼリー 菓子	鶏もも肉	白米 マヨネーズタイプ調味料	にんにく ほうれん草 玉葱 しめじ キャベツ 人参 みかん缶
28	日	ふわふわ丼 清し汁 ミニゼリー	牛乳 ヨーグルト せんべい	豚挽肉 豆腐 わかめ	白米 麩 三温糖 片栗粉	玉葱 人参 ほうれん草 えのき茸

材料の都合により献立を変更する場合があります。御了承ください。



2021年2月 平日夕食予定献立表 ミルキーホーム都賀園

日	曜	献立名	材 料 名		
			血・肉・骨になるもの	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの
1	月	おかかおにぎり 豚汁 ステック胡瓜 フルーツ	削り節 豚もも肉 味噌	白米 ジャガ芋	玉葱 人参 大根 胡瓜 フルーツ
2	火	中華風味噌そぼろごはん きのこの中華スープ ミニゼリー	豚挽肉 味噌	白米 三温糖 ごま油	根生姜 長葱 人参 しめじ えのき茸 玉葱 チンゲン菜
3	水	ごはん 豆腐の野菜あんかけ 酢の物 味噌汁 みかん缶	豆腐 豚挽肉 わかめ 味噌	白米 植物油 片栗粉 三温糖 麩	ピーマン 人参 玉葱 根生姜 胡瓜 えのき茸 みかん缶
4	木	ツナのカラフルごはん ポテトソテー スープ ミックスフルーツ缶	鯖油漬 バター	白米 ジャガ芋 植物油	玉葱 人参 ピーマン ホールコーン キャベツ しめじ ミックスフルーツ缶
5	金	和風スパゲティ スープ みかん缶	ウインナー バター	スパゲティ 植物油 ジャガ芋	人参 玉葱 しめじ ピーマン キャベツ みかん缶
8	月	洋風まぜごはん マカロニスープ みかん缶	鶏挽肉	白米 マカロニ マヨネーズタイプ調味料	玉葱 人参 ホールコーン キャベツ しめじ みかん缶
9	火	コーンライス 豚肉のカレー風味 カリフラワーのバターソテー スープ ミニゼリー	豚もも肉 バター	白米 植物油	ホールコーン カリフラワー 人参 もやし しめじ
10	水	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き ジャガ芋ソテー スープ みかん缶	鶏もも肉 わかめ	白米 マヨネーズタイプ調味料 ジャガ芋 植物油	玉葱 パセリ 人参 ピーマン 白菜 みかん缶
12	金	ごはん 回鍋肉 中華きゅうり スープ ミックスフルーツ缶	豚もも肉 味噌 わかめ	白米 植物油 三温糖 ごま油	キャベツ 人参 黄ピーマン ピーマン 根生姜 にんにく 胡瓜 えのき茸 ミックスフルーツ缶
15	月	かしわ丼 野菜汁 ヨーグルト	鶏もも肉 ヨーグルト	白米 三温糖	玉葱 小松菜 えのき茸 大根 長葱
16	火	焼肉丼 白菜の中華炒め スープ みかん缶	豚もも肉 白ごま	白米 植物油 片栗粉	人参 玉葱 白菜 しめじ 小松菜 もやし みかん缶
17	水	洋風おにぎり チキンのミルクスープ ミックスフルーツ缶	ウインナー 鶏もも肉 牛乳	白米	玉葱 ピーマン ホールコーン 人参 キャベツ ミックスフルーツ缶
18	木	野菜入りそぼろごはん 清し汁 みかん缶	豚挽肉	白米 植物油 三温糖	人参 玉葱 ほうれん草 えのき茸 みかん缶
19	金	ごはん 豆腐の中華風旨煮 胡瓜の香味和え スープ フルーツ	鶏もも肉 豆腐 わかめ	白米 植物油 三温糖 ごま油	人参 しめじ チンゲン菜 胡瓜 長葱 フルーツ
22	月	洋風丼 スープ ミニゼリー	鶏もも肉 バター ベーコン	白米 ジャガ芋	玉葱 エリンギ 黄ピーマン 人参 キャベツ
24	水	ごはん 豚肉の葱味噌焼き ブロッコリーの煮浸し 清し汁 みかん缶	豚もも肉 味噌 わかめ	白米 麩	長葱 ブロッコリー 人参 みかん缶
25	木	じゃこごはん ジャガ芋のそぼろ煮 清し汁 ミニゼリー	しらす干し 白ごま 豚挽肉	白米 ごま油 ジャガ芋 三温糖	玉葱 人参 ほうれん草 えのき茸
26	金	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 ミックスフルーツ缶	豆腐 鶏もも肉 削り節 味噌	白米 三温糖	玉葱 人参 エリンギ ブロッコリー 白菜 長葱 ミックスフルーツ缶

材料の都合により献立を変更する場合があります。御了承ください。