

2025 年 2 月

リトルスターキッズクラブ

## 2月の献立

日にち	曜日		献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 エネルギーのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	8大アレルゲン	Kcal
3日	月	昼	ごはん ポークチャップ ひじきと大豆の煮物 スピナチサラダ	豚肉、大豆、油揚げ	精白米、片栗粉、油、砂糖、ケチャップ、和風ドレッシング	玉ねぎ、ひじき、人参、ほうれん草、パプリカ、コーン		448
		夕	ごはん さわらの照焼き 小松菜と豚肉の炒め物 ポテトサラダ	さわら、豚肉	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、マヨネーズ	小松菜、玉ねぎ、きゅうり、パプリカ		439
4日	火	昼	ごはん たらの香味焼き 白菜と豚肉の炒め物 カリフラワーサラダ	たら、豚肉	精白米、油、イタリアンドレッシング	長ネギ、白菜、パプリカ、カリフラワー、きゅうり、コーン		444
		夕	ごはん 厚揚げのそぼろあんかけ 小松菜とツナの炒め物 ひじきサラダ	厚揚げ、鶏ひき肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、和風ドレッシング	玉ねぎ、人参、小松菜、もやし、ひじき、カリフラワー、コーン		452
5日	水	昼	ごはん 豚肉のしょうが焼き 切干大根と油揚げの煮物 コーンサラダ	豚肉、油揚げ	精白米、片栗粉、油、砂糖、フレンチドレッシング	生姜、玉ねぎ、切干大根、人参、コーン、パプリカ、ズッキーニ		464
		夕	ごはん 鶏肉のトマト煮 ごぼうとツナの炒め コールスローサラダ	鶏肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、サウザンドレッシング	トマト、玉ねぎ、ごぼう、人参、キャベツ、きゅうり、コーン		444
6日	木	昼	ごはん 肉団子照焼きソース キャベツとツナの炒め物 キャロットサラダ	豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、イタリアンドレッシング	キャベツ、パプリカ、人参、カリフラワー、コーン		440
		夕	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 大根と油揚げの炒り煮 オニオンサラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、片栗粉、油、砂糖、和風ドレッシング	大根、人参、玉ねぎ、きゅうり、パプリカ		441
7日	金	昼	ごはん ツナとじゃが芋のトマト煮 青梗菜と豚肉の炒め煮 わかめサラダ	ツナ、豚肉	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、和風ドレッシング	トマト、玉ねぎ、青梗菜、わかめ、パプリカ、ズッキーニ		443
		夕	ごはん 豚肉のクリーム煮 ひじきとツナの炒め物 大根サラダ	豚肉、大豆	精白米、油、シチューの素、マヨネーズ	玉ねぎ、ひじき、もやし、大根、きゅうり、コーン		459
10日	月	昼	ごはん 豚肉の味噌炒め じゃが芋とツナの煮物 カリフラワーサラダ	豚肉、ツナ、赤味噌	精白米、じゃが芋、油、砂糖、フレンチドレッシング	キャベツ、パプリカ、人参、カリフラワー、きゅうり、コーン		444
		夕	ごはん 鶏肉の竜田揚げ キャベツと油揚げの炒め物 ごぼうサラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、片栗粉、油、マヨネーズ	キャベツ、パプリカ、ごぼう、人参、きゅうり		452
12日	水	昼	ごはん 豚肉の甘辛煮 もやしと油揚げの中華炒め ポテトサラダ	豚肉、油揚げ	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、マヨネーズ	玉ねぎ、もやし、人参、パプリカ、ズッキーニ		449
		夕	ごはん 肉団子の野菜あんかけ 青梗菜とツナの炒め物 トマトサラダ	豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、フレンチドレッシング	もやし、人参、青梗菜、玉ねぎ、トマト、カリフラワー、コーン		463
13日	木	昼	ごはん 豚肉のクリーム煮 かぼちゃとツナの煮物 大根サラダ	豚肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、シチューの素、フレンチドレッシング	玉ねぎ、かぼちゃ、大根、きゅうり、コーン		449
		夕	ごはん ハンバーグオニオンソース ほうれん草とツナの炒め物 パプリカサラダ	豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、ほうれん草、もやし、パプリカ、カリフラワー、コーン		441
14日	金	昼	ごはん 厚揚げの中華あんかけ 青梗菜と豚肉の炒め煮 ポテトサラダ	厚揚げ、豚肉	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、マヨネーズ	白菜、人参、青梗菜、玉ねぎ、きゅうり、パプリカ		444
		夕	ごはん チキンハヤシ風 小松菜と油揚げの炒め物 コールスローサラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、油、砂糖、ハヤシルー、フレンチドレッシング	玉ねぎ、小松菜、もやし、キャベツ、きゅうり、コーン		454
17日	月	昼	ごはん ひき肉カレー風味煮 大根とツナの炒り煮 コールスローサラダ	豚ひき肉、ツナ	精白米、油、砂糖、カレールー、フレンチドレッシング	玉ねぎ、大根、パプリカ、キャベツ、きゅうり、コーン		444
		夕	ごはん 鶏肉の甘辛煮 じゃが芋と油揚げの煮物 大根サラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、和風ドレッシング	玉ねぎ、人参、大根、きゅうり、コーン		450

2025 年 2 月

リトルスターキッズクラブ

## 2月の献立

日にち	曜日		献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 エネルギーのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	8大アレルゲン	Kcal
18日	火	昼	ごはん 豚肉の甘辛煮 白菜と油揚げの炒め物 キャロットサラダ	豚肉、油揚げ	精白米、油、砂糖、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、白菜、パプリカ、人参、カリフラワー、コーン		448
		夕	ごはん ますのラビゴット風ソースがけ 里芋のそぼろあんかけ オニオンサラダ	ます、鶏ひき肉	精白米、里芋、砂糖、イタリアンドレッシング、和風ドレッシング	パプリカ、ズッキーニ、人参、玉ねぎ、コーン、きゅうり		441
19日	水	昼	ごはん ハンバーグケチャップ風味 大根とツナの炒め物 スピナチサラダ	豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ	精白米、油、ケチャップ、和風ドレッシング	大根、人参、ほうれん草、玉ねぎ、パプリカ		454
		夕	ごはん 厚揚げの中華煮 小松菜と豚肉の炒め物 ごぼうサラダ	厚揚げ、豚肉	精白米、片栗粉、油、マヨネーズ	白菜、人参、小松菜、玉ねぎ、ごぼう、パプリカ、コーン		452
20日	木	昼	ごはん さわらのおろしソース じゃが芋のそぼろ炒め コーンサラダ	さわら、鶏ひき肉	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、フレンチドレッシング	大根、玉ねぎ、人参、コーン、パプリカ、ズッキーニ		452
		夕	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 青梗菜と油揚げの炒め物 コールスローサラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、片栗粉、油、イタリアンドレッシング	青梗菜、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、カリフラワー		449
21日	金	昼	ごはん ポークビーンズ 小松菜と油揚げの煮浸し かぼちゃサラダ	豚肉、大豆、油揚げ	精白米、片栗粉、油、砂糖、ケチャップ、マヨネーズ	トマト、玉ねぎ、小松菜、人参、かぼちゃ、きゅうり、パプリカ		454
		夕	ごはん 豚肉の香味炒め もやしのツナの炒め物 さつま芋サラダ	豚肉、ツナ	精白米、さつま芋、油、サウザンドレッシング	長ネギ、玉ねぎ、もやし、人参、パプリカ、ズッキーニ		445
25日	火	昼	ごはん ハンバーグオニオンソース キャベツとツナの炒め物 ポテトサラダ	豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、砂糖、サウザンドレッシング	玉ねぎ、キャベツ、パプリカ、きゅうり、コーン		458
		夕	ごはん ポークチャップ ひじきと大豆の煮物 パプリカサラダ	豚肉、大豆、油揚げ	精白米、油、砂糖、ケチャップ、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、ひじき、人参、パプリカ、カリフラワー、コーン		441
26日	水	昼	ごはん 厚揚げの甘酢ソース 大根と豚肉の炒め物 オニオンサラダ	厚揚げ、豚肉	精白米、片栗粉、油、砂糖、イタリアンドレッシング	大根、パプリカ、玉ねぎ、きゅうり、カリフラワー		450
		夕	ごはん ますの漬焼き ほうれん草と油揚げの炒め物 さつま芋サラダ	ます、油揚げ	精白米、さつま芋、油、マヨネーズ	ほうれん草、玉ねぎ、パプリカ、ズッキーニ		457
27日	木	昼	ごはん 豚肉のトマト煮 かぼちゃとツナの煮物 カリフラワーサラダ	豚肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、フレンチドレッシング	トマト、玉ねぎ、かぼちゃ、カリフラワー、きゅうり、コーン		440
		夕	ごはん 厚揚げ麻婆豆腐 大根とツナの炒め物 ごぼうサラダ	厚揚げ、鶏ひき肉、ツナ、赤味噌	精白米、片栗粉、油、砂糖、和風ドレッシング	長ネギ、大根、パプリカ、ごぼう、人参、きゅうり		449
28日	金	昼	ごはん ポークハヤシ風 大根と油揚げの炒め物 さつま芋サラダ	豚肉、油揚げ	精白米、さつま芋、油、ハヤシルー、マヨネーズ	玉ねぎ、大根、人参、きゅうり、パプリカ		450
		夕	ごはん たららラビゴット風ソース キャベツと豚肉の炒め物 かぼちゃサラダ	たら、豚肉	精白米、油、イタリアンドレッシング、マヨネーズ	パプリカ、ズッキーニ、キャベツ、人参、かぼちゃ、きゅうり、カリフラワー		438

弊社で使用しておりますドレッシング・マヨネーズはすべて卵・乳不使用のものになります。

また、ハンバーグ・フライにつきましても牛乳、卵不使用となっております。

魚は骨取りを使用しておりますが、まれに小骨が入っている場合もございます

また、鶏肉につきましてもまれに軟骨、小骨がある場合もございますので、喫食時にはご注意ください。

※8大アレルゲンについて... 醤油に含まれる(小麦)の表記は控えさせていただきます

※ 仕入れの状況により、献立の内容が一部変更する場合がありますので、ご了承ください。

2025年2月

リトルスターキッズクラブ

おやつ



月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
牛乳寒天 (乳)	マスカットゼリー	黒糖蒸しパン (小麦)	オレンジゼリー	りんご蒸しパン (小麦)		
10	11	12	13	14	15	16
バニラババロア (乳)	祝日	レーズン蒸しパン (小麦)	ピーチゼリー	ストロベリー蒸しパン (小麦)		
17	18	19	20	21	22	23
ヨーグルトババロア (乳)	グレープフルーツゼリー	キャロット蒸しパン (小麦)	メロンゼリー	豆乳蒸しパン (小麦)		
24	25	26	27	28	1	2
振替休日	ストロベリーゼリー	さつまいもオレンジ 蒸しパン (小麦)	ぶどうゼリー	ベジ蒸しパン (小麦)		

醤油に含まれる（小麦）の表記は控えさせて頂いております

※ 仕入れの状況により、献立の内容が一部変更する場合がありますので、ご了承ください。