

# 2月 献立表

明 照 保 育 園

日 曜	献立名	材 料 名			お や つ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
2 月	かぶとつくねの煮物 納豆あえ ごはん	米 かたくり粉 さとう	鶏ひき肉 卵 削り節 納豆 花かつお	さやえんどう かぶ にんじん しめじ ほうれんそう もやし	牛 乳 あられ	オレンジジュース ココアクッキー
3 火	【園内豆まき】 お豆ごはん いわしの香り揚げ ふ玉汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう 小麦粉 油 ふ	大豆 かまぼこ 油揚げ 生わかめ 削り節 いわし 卵 あおのり	干し椎茸 にんじん さやいんげん もやし たまねぎ みつば	牛 乳 おこし	牛 乳 カステラ
4 水	焼きそば わかめスープ ーロゼリー クロワッサン	クロワッサン 油 蒸し中華めん 白ごま ーロゼリー	豚もも肉 いか あおのり 花かつお 豆腐 生わかめ	キャベツ たまねぎ にんじん 青ピーマン 生しいたけ もやし	牛 乳 ビスケット	牛 乳 マカロニ安倍川
5 木	スタミナごはん 春雨スープ 味付け煮干 麦ごはん	米 かたくり粉 麦 はるさめ さとう ごま油 油 白ごま	牛肉 ロースハム 味付け煮干	にんにく もやし たまねぎ 栗ねぎ チンゲンサイ たけのこ缶 赤ピーマン にんじん	プリン	ヤクルト ごませんべい
6 金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ レズンロール	レズンロール 油 パター 小麦粉	ベーコン スキムミルク 生クリーム ツナ缶 チーズ	はくさい 赤ピーマン にんじん ほうれんそう たまねぎ しめじ パセリ キャベツ	牛 乳 クラッカー	お茶 白玉ぜんざい
7 土	【家族ふれあいの日】	<b>ふれあいランチ</b>			*おにぎりがいります	
9 月	筑前煮 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 煮干し	にんじん しめじ ごぼう 根深ねぎ たけのこ缶 たまねぎ れんこん 干し椎茸 さやえんどう	牛 乳 かりんとう	発酵乳 バームクーヘン
10 火	魚のマヨソースかけ 大根スープ ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 油 パン粉(乾燥)	白身魚 卵 ベーコン	ブロッコリー だいこん にんじん グリンピース(冷凍)	牛 乳 のり巻きせんべい	いちご ビスケット
12 木	鮭大根 合わせみそ汁 ヨーグルト ごはん	米 さとう かたくり粉	鮭(皮なし) ヨーグルト 角切りこんぶ 油揚げ 豆腐 生わかめ 削り節	だいこん にんじん しめじ さやいんげん えのきだけ 栗ねぎ	牛 乳 ポップコーン	マシュマロココア ラスク
13 金	チキンサンド コンソメスープ チーズ 食パン	食パン さとう かたくり粉 じゃがいも	鶏もも肉 チーズ	キャベツ たまねぎ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 パイ菓子	牛 乳 かんきつ類
14 土	【なかよし保育】 八宝麵 フルーツゼリー	中華めん(生) 油 かたくり粉 ごま油 ゼリー	むきえび 豚もも肉 味付け煮干	にんじん たまねぎ 干し椎茸 キャベツ チンゲンサイ	牛 乳 おかき	
16 月	かぶとつくねの煮物 納豆あえ ごはん	米 かたくり粉 さとう	鶏ひき肉 卵 削り節 納豆 花かつお	さやえんどう かぶ にんじん しめじ ほうれんそう もやし	牛 乳 あられ	豆乳ココア チーズ菓子
17 火	カレーライス ヨーグルトサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも 小麦粉 パター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム プレーンヨーグルト	にんにく りんご しょうが きゅうり たまねぎ コーン缶 にんじん パセリ グリンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 カステラ
18 水	豆腐とツナのハンバーグ マカロニスープ クロロール	クロロール パン粉(乾燥) 油 マカロニ	しほり豆腐 ツナ缶 卵 スキムミルク ベーコン	たまねぎ もやし カリフラワー にんじん コーン缶 グリンピース(冷凍)	牛 乳 ほんせんべい	牛 乳 りんご
19 木	ゆかりごはん えびとらの炒り豆腐 うどん汁 ごはん	米 油 さとう ごま油 干しうどん(乾)	むきえび 豆腐 卵 かまぼこ 削り節	ゆかり粉 ほうれんそう にんじん たまねぎ いら 干し椎茸 しめじ	牛 乳 塩せんべい	ヤクルト クッキー
20 金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ レズンロール	レズンロール 油 パター 小麦粉	ベーコン スキムミルク 生クリーム ツナ缶 チーズ	はくさい 赤ピーマン にんじん ほうれんそう たまねぎ しめじ パセリ キャベツ	牛乳 クラッカー	お茶 白玉ぜんざい
21 土	【家族ふれあいの日】	<b>ふれあいランチ</b>			*おにぎりがいります	
23 月	筑前煮 白みそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 煮干し	にんじん しめじ ごぼう 根深ねぎ たけのこ缶 たまねぎ れんこん 干し椎茸 さやえんどう	牛 乳 かりんとう	野菜果汁 バームクーヘン
24 火	魚のマヨソースかけ 大根スープ ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 油 パン粉(乾燥)	白身魚 卵 ベーコン	ブロッコリー だいこん にんじん グリンピース(冷凍)	牛 乳 のり巻きせんべい	いちご ビスケット
25 水	煮魚 みそ汁 みかん ごはん	米 さとう 板こんにゃく じゃがいも	さかな 豆腐 生わかめ 削り節	しょうが えのきだけ 栗ねぎ みかん	牛 乳 ポーロ	お茶 焼きうどん
26 木	鮭大根 合わせみそ汁 ヨーグルト ごはん	米 さとう かたくり粉	鮭(皮なし) ヨーグルト 角切りこんぶ 油揚げ 豆腐 生わかめ 削り節	だいこん にんじん しめじ さやいんげん えのきだけ 栗ねぎ	牛 乳 ポップコーン	マシュマロココア ラスク
27 金	【誕生会】 たけのこの中華風ご飯 鶏のごま揚げ すまし汁 ごはん	米 ごま油 さとう 油 片栗粉 白ごま	豚もも肉 鶏もも肉 卵 豆腐 生わかめ 削り節	たけのこ缶 しめじ にんじん みつば 干し椎茸 たまねぎしょうが グリンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 おかき	紅 茶 ケーキ
28 土	【家族ふれあいの日】	<b>ふれあいランチ</b>			*おにぎりがいります	

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。

