

# 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
1 水	ホットドッグ かき玉スープ チーズ ロールパン	ロールパン マーガリン かたくり粉	ウィンナー 卵 チーズ	キャベツ にんじん たまねぎ かぶ 生椎茸 パセリ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 のり巻きせんべい
2 木	カレーライス ひじきのみそマヨサラダ 麦ごはん	米 すりごま 麦 油 さとう じゃがいも 小麦粉 バターマヨネーズ	豚もも肉 スキムミルク ちくわ ひじき	にんにく ほうれんそう しょうが コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) れんこん	牛 乳 ポーロ	豆乳 クッキー
3 金	【園内豆まき】お豆ごはん いわしの香り揚げ すまし汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう 小麦粉 油 ふ	大豆 干しわかめ 油揚げ 削り節 いわし 卵 あおのり	干し椎茸 みつば にんじん さやいんげん もやし たまねぎ しめじ	 プリン	牛 乳 どらやき (ピザ風蒸しパン)
4 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			牛 乳 ビスケット	
6 月	ポークビーンズ フレンチサラダ ミルクロール	ミルクロール さとう じゃがいも 油 サラダ油	大豆(水煮) 豚もも肉 ツナ缶	たまねぎ 赤ピーマン グリーンピース(冷凍) キャベツ きゅうり にんじん	みかん	抹茶ミルク ウエハース
7 火	魚の梅煮 みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 生わかめ 削り節	梅干し しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ	牛 乳 かりんとう	りんご おかき
8 水	豆腐とツナのハンバーグ 白菜のクリームスープ 味付け煮干 クロロール	クロロール 油 パン粉(乾燥) バター クラッカー	しほり豆腐 生クリーム ツナ缶 味付け煮干 牛乳 スキムミルク 卵ベーコン	たまねぎ ブロッコリー にんじん ゆかり粉 しょうが グリーンピース(冷凍)	ヨーグルト	牛 乳 マカロニ安倍川
9 木	ツナときゅうりの酢の物 みそ煮込みうどん ごはん	米 うどん(生) さとう	鶏もも肉 油揚げ かまぼこ 削り節 ツナ缶	ゆかり粉 キャベツ にんじん きゅうり はくさい もやし たけのこ缶 コーン缶 根菜ねぎ 干し椎茸	牛 乳 ビスケット	ヨーグルト いちご
10 金	揚げ肉のインド煮 スパゲティサラダ バターロール	バターロール かたくり粉 さとう じゃがいもマヨネーズ 油 スパゲティ	豚もも肉 ロースハム	赤ピーマン たまねぎ グリーンピース(冷凍) きゅうり にんじん コーン缶	牛 乳 クッキー	牛 乳 春菊だんご
13 月	肉団子と白菜のスープ煮 納豆あえ みかん ごはん	米 パン粉(乾燥)	鶏ひき肉 卵 納豆 花かつお	しょうが ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ みかん にら はくさい 干し椎茸	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 カステラ
14 火	冬野菜のなかよし煮 白みそ汁 ごはん	米 さといも さとう 板こんにゃく 油	鶏もも肉 豆腐 生わかめ 煮干し	にんじん 葉ねぎ ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ	牛 乳 クラッカー	野菜果汁 ワッフル
15 水	ホットドッグ かき玉スープ チーズ ロールパン	ロールパン マーガリン かたくり粉	ウィンナー 卵 チーズ	キャベツ にんじん たまねぎ かぶ 生椎茸 パセリ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 のり巻きせんべい
16 木	カレーライス ひじきのみそマヨサラダ 麦ごはん	米 すりごま 麦 油 さとう じゃがいもマヨネーズ 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク ちくわ ひじき	にんにく ほうれんそう しょうが コーン缶 たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) れんこん	牛 乳 ポーロ	豆乳 クッキー
17 金	さけ大根 合わせみそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう かたくり粉 一口ゼリー	鮭 角切りこんぶ 油揚げ 豆腐 生わかめ 削り節	だいこん 葉ねぎ にんじん しめじ さやいんげん しょうが えのきたけ	牛 乳 あられ	牛 乳 ピザ風蒸しパン (どらやき)
18 土	【なかよし保育】 【着付けの会】	<b>おたのしみランチ</b> 				
20 月	ホワイトシチュー ポパイサラダ レースンロール	レースンロール 油 バターごま油 さとう 小麦粉 じゃがいも すりごま(白)	鶏もも肉 牛乳 ベーコン	たまねぎ コーン缶 にんじん グリーンピース(冷凍) しめじ カリフラワー ほうれんそう	みかん	牛 乳 ごぼうチップス
21 火	魚の梅煮 みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう 一口ゼリー	さかな 生わかめ 削り節	梅干し しょうが たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ	牛 乳 おこし	りんご おかき
22 水	豆腐とツナのハンバーグ 白菜のクリームスープ 味付け煮干 クロロール	クロロール 油 パン粉(乾燥) バター クラッカー	しほり豆腐 生クリーム ツナ缶 味付け煮干 牛乳 スキムミルク 卵ベーコン	たまねぎ ブロッコリー にんじん はくさい しめじ グリーンピース(冷凍)	牛 乳 クッキー	牛 乳 マカロニ安倍川
23 木	ツナときゅうりの酢の物 みそ煮込みうどん ごはん	米 うどん(生) さとう	鶏もも肉 油揚げ かまぼこ 削り節 ツナ缶	ゆかり粉 キャベツ にんじん きゅうり はくさい もやし たけのこ缶 コーン缶 根菜ねぎ 干し椎茸	牛 乳 ビスケット	ヨーグルト いちご
24 金	【誕生会】ちらしずし 豚肉と野菜のサラダ すまし汁 ごはん	米 さとう 油 ふ すりごま(白) ごま油	油揚げ 卵 刻みのみり 干しわかめ 削り節 豚もも肉	かんぴょう(乾) しょうが みつば にんじん こまつな コーン缶 さやえんどう 干し椎茸 赤ピーマン えのきたけ	牛 乳 塩せんべい	紅 茶 ケーキ
25 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			牛 乳 レースンクッキー	
26 日	<b>ゆうぎかい (ひなまんじゅう)</b> 					
28 火	冬野菜のなかよし煮 白みそ汁 ごはん	米 さといも 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 葉ねぎ ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ	牛 乳 クラッカー	野菜果汁 あんぱん
29 水	じゃがいもと鶏肉の揚げ煮 中華スープ チーズ 食パン	食パン じゃがいも かたくり粉 油 さとう	鶏もも肉 ベーコン チーズ	さやいんげん はくさい にんじん しめじ さやえんどう	牛 乳 小麦胚芽クッキー	牛 乳 かんきつ類 塩せんべい

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・乳児食を食べます。

