

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	菜の花サンド ささみと野菜のスープ 一口ゼリー 食パン	食パン ジャがいも 一口ゼリー マヨネーズ	卵 ロースハム チーズ 鶏肉ささ身	ブロッコリー にんじん たまねぎ コーン缶 パセリ	プリン 	お茶 恵方まき
3火	お豆ごはん 魚の香り揚げ すまし汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう 小麦粉 油 ぶ	大豆 油揚げ 削り節 さかな 卵 あおのり 生わかめ	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 ぼんせんべい (おみやげ：落花生)	発酵乳 クラッカー 菓子いろいろ
4水	カレービーフン レタススープ 味付け煮干 バターロール	バターロール ビーフン 油	豚もも肉 ほだて水無垢詰 味付け煮干	にんにく にんじん たまねぎ しめじ にら レタス コーン缶	牛乳 クッキー	マシュマロココア ごませんべい
5木	魚の味噌煮 そうめん汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう そうめん 一口ゼリー	さかな かまぼこ 削り節	しょうが たまねぎ にんじん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	お茶 春菊だんご
6金	ホワイトシチュー きのこサラダ ミルクロール	ミルクロール さとう バター 小麦粉 油 じゃがいもすりごま(白)	鶏もも肉 牛乳 ベーコン	たまねぎ にんじんグリーンピース(冷凍) えのきたけ しめじ ほうれんそう 赤ピーマン	牛乳 かりんとう	りんごジュース 大豆のキャラメル和え
7土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛乳 ビスケット	
9月	中華炒め 五目スープ ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油	いか むぎさび 豚もも肉 ロースハム	たまねぎ にんじん しめじ チンゲンサイ たけのこ缶 にら 干し椎茸 しょうが もやしコーン缶	牛乳 パイ菓子	豆乳 手作りラスク
10火	豚肉のしょうが炒め みそ汁 みかん 麦ごはん	米 麦 さとう 油 さといも	豚もも肉 生わかめ 煮干し	しょうが たまねぎ キャベツ にんじん だいこん 葉ねぎ みかん	お茶 塩せんべい	ヨーグルト おかき
12木	春雨のそぼろ炒め わかめスープ バターロール	バターロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう 白ごま	豚ひき肉 ベーコン 生わかめ	しょうが にんにく 葉ねぎ たけのこ缶 にんじん はくさい もやし	牛乳 卵ポーロ	牛乳 かりんとうドーナツ
13金	切干大根の煮付け 白みそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐	切干しだいこん にんじん さやいんげん たまねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 おかき	牛乳 ココアケーキ
14土	【なかよし保育・着付け教室】 おたのしみランチ				牛乳 せんべい 	
16月	魚のカラフル揚げ コンソメスープ クロロール	クロロール 小麦粉 油	白身魚 卵 ウィンナ ー	赤ピーマン 青ピーマン ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ パセリ	牛乳 かりんとう	牛乳 おからマフィン
17火	里いもと肉の揚げ煮 中華スープ ごはん	米 かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 豆蔵 卵	にんじん さやいんげん にら はくさい	牛乳 ビスケット	牛乳 あられ
18水	カレービーフン レタススープ 味付け煮干 バターロール	バターロール ビーフン 油	豚もも肉 ほだて水無垢詰 味付け煮干	にんにく にんじん たまねぎ しめじ にら レタス コーン缶	牛乳 クッキー	マシュマロココア ごませんべい
19木	魚の味噌煮 そうめん汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう そうめん 一口ゼリー	さかな かまぼこ 削り節	しょうが たまねぎ にんじん 葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	お茶 春菊だんご
20金	【誕生会】チキンライス えびの天ぷら 野菜スープ ごはん	米 油 小麦粉 じゃがいも	鶏もも肉 えび 卵	たまねぎ にんじん 青ピーマン ブロッコリー キャベツ コーン缶 パセリ	牛乳 おこし	紅茶 ケーキ
21土	【家族ふれあいの日】 【遊戯会準備】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛乳 ビスケット	
22日	ゆうぎかい(おみやげ) 					
24火	イタリアン豆腐煮 がみかみサラダ レズンロール	油 さとう ごま油	豆腐 ベーコン さきいか	トマト たまねぎ にんじん にんにく パセリ れんこん きゅうり	牛乳 あられ	プチプチヨーグルト ビスケット
25水	チキンカレー ヨーグルトサラダ 麦ごはん	米 麦 油 ジャがいも バター 小麦粉 マヨネーズ	鶏もも肉 スキムミルク ロースハム プレーンヨーグルト	にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ りんご きゅうり パセリ	牛乳 クラッカー	牛乳 小麦胚芽クッキー
26木	春雨のそぼろ炒め わかめスープ バターロール	バターロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう 白ごま	豚ひき肉 ベーコン 牛わかめ	しょうが にんにく 葉ねぎ たけのこ缶 にんじん はくさい もやし	牛乳 卵ポーロ	牛乳 かりんとうドーナツ
27金	切干大根の煮付け 白みそ汁 ごはん	米 油 さとう	鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐	切干しだいこん にんじん さやいんげん たまねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 おかき	牛乳 手作りラスク
28土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛乳 ビスケット	

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。 乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。

