


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 金	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	大豆 生わかめ 油揚げ 豆腐 削り節 いわし 卵 あおのり	干し椎茸 にんじん もやし さやいんげん たまねぎ 葉ねぎ	牛 乳 ポップコーン	牛 乳 かりんとう
2 土	【家族ふれあいの日】 からあげ サラダ 合わせみそ汁 おにぎり	油 マカロニ	鶏もも肉 わかめ 削り節 豆腐	にんじん じゃがいも えのきだけ	牛 乳 パイ菓子 	
4 月	魚のマヨソースかけ コンソメスープ バターロール	バターロール 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 マカロニ	白身魚 卵	ブロッコリー たまねぎ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 チーズ菓子	野菜入り果汁 おかき
5 火	トンボーロウ風 わかめスープ ごはん	米 油 さとう かたくり粉 白ごま	豚もも肉 豆腐 生わかめ	キャベツ にんじん こまつな 根菜ねぎ もやし コーン缶	ヨーグルト	牛 乳 クッキー
6 水	かぶのクリームシチュー ツナサラダ レズンロール	レズンロール 油 バター 小麦粉 さとう	ベーコン スキムミルク 生クリーム ツナ缶	かぶ コーン缶 にんじん パセリ グリンピース(冷凍) たまね マッシュルーム缶 キャベツ	牛 乳 小麦胚芽クッキー	お 茶 ラップおにぎり
7 木	そぼろどんぶり 田舎汁 味付け煮干 ごはん	米 さとう かたくり粉 油 さといも	鶏ひき肉 卵 刻みのみ 生揚げ 削り節 味付け煮干	さやえんどう だいこん えのきだけ にんじん 葉ねぎ	牛 乳 クッキー	ミルク ココアクッキー
8 金	香り焼きそば かき玉汁 クロロール	クロロール 蒸し中華めん 油 ごま油 かたくり粉	豚もも肉 いか 卵 削り節	しょうが 赤ピーマン にんにく にんじん 葉ねぎ たまねぎ キャベツ みつば もやし いら	牛 乳 ビスケット	ヨーグルト のり巻きせんべい
9 土	【家族ふれあいの日】 コロック サラダ わかめスープ おにぎり	コロック 油 マカロニ	豆腐 生わかめ	根菜ねぎ もやし コーン缶 にんじん じゃがいも	牛 乳 ウエハース	
12 火	チキンカレー フルーツヨーグルト 麦ごはん	米 麦 油 バター 小麦粉 じゃがいも	鶏肉もも肉 スキムミルク プレーンヨーグルト	しょうが りんご にんにく パイ缶 たまねぎ 干しぶどう にんじん グリンピース(冷凍) みかん缶	発酵乳 ポーロ	牛 乳 レズンクッキー
13 水	イタリアンサンド 野菜スープ 一口ゼリー 食パン	食パン 油 パン粉(乾燥) じゃがいも 一口ゼリー	ベーコン スライスチーズ	たまねぎ パセリ 青ピーマン マッシュルーム缶 にんじん キャベツ しめじ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 さつまいもカナッペ
14 木	マーボー豆腐 ばんさんすう ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく きゅうり しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	牛 乳 芋かりんとう	ミルク ラスク
15 金	冬野菜のなかよし煮 ゴマあえ ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう すりごま(白)	鶏肉もも肉 ちくわ	にんじん キャベツ ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 ほうれんそう	牛 乳 ピーナツおこし	牛 乳 フルーツサンド
16 土	【なかよし保育】 五目うどん ヨーグルト	うどん(生)	鶏肉もも肉 かまぼこ 削り節 ヨーグルト	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ	牛 乳 パイ菓子	
18 月	魚のマヨソースかけ コンソメスープ バターロール	バターロール 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 マカロニ	白身魚 卵	ブロッコリー たまねぎ にんじん コーン缶 パセリ	牛 乳 チーズ菓子	野菜入り果汁 おかき
19 火	いかと里芋の煮付け 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも さとう	いか 豆腐 生わかめ 削り節	だいこん 葉ねぎ にんじん たけのこ缶 さやえんどう たまねぎ しめじ	みかん	牛 乳 ドーナツ
20 水	豆腐ハンバーグ たらちゃん汁 ロールパン	ロールパン パン粉(乾燥) 油 さとう	しほり豆腐 削り節 鶏ひき肉 ひじき 卵 スキムミルク たら	たまねぎ しめじ グリンピース(冷凍) 葉ねぎ キャベツ にんじん だいこん はくさい	牛 乳 バームクーヘン	牛 乳 れんこんチップス みかん
21 木	そぼろどんぶり 田舎汁 味付け煮干 ごはん	米 さとう かたくり粉 油 さといも	鶏ひき肉 卵 刻みのみ 生揚げ 削り節 味付け煮干	さやえんどう だいこん えのきだけ にんじん 葉ねぎ	牛 乳 クッキー	ミルク ココアクッキー
22 金	香り焼きそば かき玉汁 クロロール	クロロール 蒸し中華めん 油 ごま油 かたくり粉	豚もも肉 いか 卵 削り節	しょうが 赤ピーマン にんにく にんじん 葉ねぎ たまねぎ キャベツ みつば もやし いら	牛 乳 ビスケット	ヨーグルト のり巻きせんべい
23 土	【家族ふれあいの日】 コロック サラダ わかめスープ おにぎり	コロック 油 マカロニ	豆腐 生わかめ	根菜ねぎ もやし コーン缶 にんじん じゃがいも	牛 乳 ウエハース	
25 月	煮魚 けんちん汁 チーズ ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも	さかな 油揚げ 豆腐 削り節 チーズ	しょうが にんじん ごぼう 干し椎茸 葉ねぎ	牛 乳 おこし	発酵乳 ネーブル
26 火	冬野菜のなかよし煮 ゴマあえ ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう すりごま(白)	鶏肉もも肉 ちくわ	にんじん キャベツ ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 ほうれんそう	牛 乳 ピーナツおこし	牛 乳 フルーツサンド
27 水	イタリアンサンド 野菜スープ 一口ゼリー 食パン	食パン 油 パン粉(乾燥) じゃがいも 一口ゼリー	ベーコン スライスチーズ	たまねぎ パセリ 青ピーマン マッシュルーム缶 にんじん キャベツ しめじ	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 さつまいもカナッペ
28 木	マーボー豆腐 ばんさんすう ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾)	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく きゅうり しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	牛 乳 芋かりんとう	ミルク ラスク
29 金	【誕生会】チャーハン サイコロ揚げ 春雨スープ ごはん	米 バター 油 かたくり粉 はるさめ(乾) ごま油	むきえび 豚もも肉 ロースハム	たまねぎ たけのこ缶 にんじん さやえんどう 青ピーマン 干し椎茸 コーン缶 しょうが キャベツ	牛 乳 豆おかき	紅 茶 ケーキ

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。

