

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月	筑前煮 納豆あえ ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 納豆 花かつお	にんじん ほろれんそう ごぼう もやし たけのこ缶 れんこん 干し椎茸 さやえんどう	お茶 ごませんべい	牛乳 小麦胚芽クッキー
2火	里もとひき肉のカレー煮 マカロニサラダ クロロール	クロロール さといも 油 かたくり粉 マカロニ マヨネーズ	豚ひき肉 スキムミルク ロースハム	にんじん みかん缶 たまねぎ しょうが グリンピース(冷凍) キャベツ きゅうり	牛乳 ポーロ	ミルク ごませんべい
3水	【園内豆まぎ】 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 ぶ	大豆 干しわかめ 油揚げ 削り節 いわし あおりのり	干し椎茸 にんじん さやいんげん もやし えのきたけ みつば	牛乳 ウエハース (園内豆まぎ)	野菜果汁 クラッカー おみやげいろいろ
4木	豆腐ハンバーグ たらちゃん汁 ごはん	米 パン粉(乾燥) 油 さとう	しほり豆腐 削り節 ひじき 卵 たら(切り身) スキムミルク 鶏ひき肉	たまねぎ 葉ねぎ キャベツ にんじん だいこん はくさい しめじ	牛乳 おかき	牛乳 ツナマヨパン
5金	魚のごまチーズ揚げ ベーコンスープ バターロール	バターロール 小麦粉 かたくり粉 黒ごま 油 じゃがいも	白身魚 粉チーズ 卵 ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ コーン缶	プリン	牛乳 塩せんべい
6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 クラッカー	
8月	煮魚 合わせみそ汁 いちご ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも	さかな 生わかめ 削り節	しょうが かぶ にんじん 葉ねぎ いちご	牛乳 塩せんべい	まめびよ ビスケット
9火	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 赤ピーマン しょうが きゅうり にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 パイ菓子
10水	トマトポトフ きのこサラダ ミルクロール	ミルクロール じゃがいも 油 すりごま(白) マヨネーズ	鶏胸肉 ツナ缶	たまねぎ コーン缶 にんじん しめじ にんにく えのきたけパセリ トマト缶(ホール) ほろれんそう	牛乳 パイ菓子	ヤクルト チーズ クラッカー
12金	チキンカレー ハムサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも バター 小麦粉	鶏もも肉 スキムミルク ロースハム	にんにく りんご しょうが きゅうり たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	牛乳 あられ	牛乳 ラスク
13土	【なかよし保育】 じゃこスバゲティ 発酵乳	スバゲティ バター 油	しらす干し 刻みのり 発酵乳	にんにく たまねぎ 青ピーマン しめじ トマト	牛乳 クラッカー	
15月	筑前煮 納豆あえ ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 納豆 花かつお	にんじん ほろれんそう ごぼうもやし たけのこ缶 れんこん 干し椎茸 さやえんどう	お茶 ごませんべい	牛乳 小麦胚芽クッキー
16火	里もとひき肉のカレー煮 マカロニサラダ クロロール	クロロール さといも 油 かたくり粉 マカロニ マヨネーズ	豚ひき肉 スキムミルク ロースハム	にんじん みかん缶 たまねぎ しょうが グリンピース(冷凍) キャベツ きゅうり	牛乳 ポーロ	ミルク ごませんべい
17水	トンポーロウ風 玉米湯(1人1杯) ごはん	米 油 さとう かたくり粉	豚もも肉 牛乳	キャベツ にんじん こまつな 根菜ねぎ クリームコーン缶 葉ねぎ	りんごジュース ほんせんべい	発酵乳 春菊だんご
18木	豆腐ハンバーグ たらちゃん汁 ごはん	米 パン粉(乾燥) 油 さとう	しほり豆腐 削り節 ひじき 卵 たら(切り身) スキムミルク 鶏ひき肉	たまねぎ 葉ねぎ キャベツ にんじん だいこん はくさい しめじ	牛乳 おかき	牛乳 ツナマヨパン
19金	焼きそば みそ汁 ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油	豚もも肉 削り節 いか あおりのり 花かつお 油揚げ 豆腐	キャベツ たまねぎ にんじん 青ピーマン かぼちゃ 葉ねぎ	牛乳 コーンフレーク	プチプチヨーグルト クッキー
20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 クラッカー	
22月	菜の花サンド コンソメスープ みかん 食パン	食パン じゃがいも マヨネーズ	卵 ロースハム チーズ ウィナー	ブロッコリー キャベツ パセリ コーン缶 みかん	牛乳 小麦胚芽クッキー	牛乳 ビスケット
23火	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 赤ピーマン しょうが きゅうり にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 シュウクリーム
24水	トマトポトフ きのこサラダ レーズンパン	レーズンパン じゃがいも 油 すりごま(白) マヨネーズ	鶏胸肉 ツナ缶	たまねぎ コーン缶 にんじん しめじ にんにく えのきたけパセリ トマト缶(ホール) ほろれんそう	牛乳 パイ菓子	ヤクルト チーズ クラッカー
25木	そばろどんぶり 田舎汁 味付け煮干 麦ごはん	米 麦 さとう かたくり粉 油 さといも	鶏ひき肉 卵 刻みのり 油揚げ 削り節 味付け煮干	さやえんどう だいこん えのきたけ にんじん 葉ねぎ	発酵乳 かりんとう	ヨーグルト あられ
26金	【誕生会】シーフードライス わかさぎのから揚げ 野菜スープ ごはん	米 バター 油 かたくり粉 じゃがいも	わかさぎ いか わかさぎ	青ピーマン パセリ 赤ピーマン たまねぎ もやし にんじん キャベツ	牛乳 おこし	紅茶 ケーキ
27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			ヨーグルト	
28日	ゆうぎかい(ひなまんじゅう)					

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。

