

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 火	あんかけうどん 白あえ ごはん	米 うどん(生) かたくり粉 さとう すりごま(白)	鶏胸肉 削り節 豆腐 ロースハム	にんじん もやし はくさい しめじ たけのこ缶 干し椎茸 根菜ねぎ ほうれんそう	牛 乳 あられ	ミルク あんパン
2 水	ポークビーンズ フレンチサラダ バターロール	バターロール さとう じゃがいも 油 サラダ油	大豆(水煮) 豚もも肉 ロースハム	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 小麦胚芽クッキー	お 茶 ラップおにぎり
3 木	【園内豆まき】 彩り混ぜごはん えびの天ぷら すまし汁 ごはん	米 ごま油 油 小麦粉 ぶ	豚ひき肉 卵 えび 干しわかめ 削り節	こまつな しょうが ブロッコリー たまねぎ しめじ みつば	牛 乳 かりんとう	野菜果汁 ココアクッキー (落花生他いろいろ)
4 金	コーンクリームシチュー ハムサラダ レズンロール	レズンロール じゃがいも 白ごま バター さとう 小麦粉 油 サラダ油	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	たまねぎ にんじん にんじん パセリ グリーンピース(冷凍) ブロッコリー コーン缶 クリームコーン缶 キャベツ	ヨーグルト	牛 乳 かりんとう
5 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 せんべい	
7 月	すき焼き 納豆あえ ごはん	米 糸こんにゃく 油 さとう	牛肉 焼き豆腐 納豆 花かつお	はくさい にんじん えのきたけ 根菜ねぎ ほうれんそう もやし	牛 乳 クラッカー	豆びよ バームクーヘン
8 火	煮魚 白みそ汁 いちご ごはん	米 さとう 板こんにゃく じゃがいも	さかな 生わかめ 削り節	しょうが たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ いちご だいこん	牛 乳 ごませんべい	ココアミルク チーズ菓子
9 水	きんぴら 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう ごま油 すりごま(白)	豚もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	ごぼう 葉ねぎ にんじん たけのこ缶 さやいんげん たまねぎ しめじ	牛 乳 ぼんせんべい	(月・花)牛 乳 ピザ風蒸しパン 牛 乳 あんまき
10 木	魚の竜田揚げ 中華コーンスープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油	さかな 卵 スキムミルク	しょうが もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ クリームコーン缶	牛 乳 のり巻きせんべい	牛 乳 フルーツきんとん
12 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 クッキー	
14 日	かみかみ揚げ 豆乳スープ クロロール	クロロール 小麦粉 油 じゃがいも	ちりめんじゃこ ちくわ ひじき 卵 ベーコン 豆腐	切干だいこん にんじん みつば ブロッコリー キャベツ しめじ	牛 乳 ポーロ	牛 乳 塩せんべい
15 火	あんかけうどん 白あえ ごはん	米 うどん(生) かたくり粉 さとう すりごま(白)	鶏胸肉 削り節 豆腐 ロースハム	にんじん もやし はくさい しめじ たけのこ缶 干し椎茸 根菜ねぎ ほうれんそう	牛 乳 あられ	ミルク あんパン
16 水	ポテトサンド かき玉スープ 食パン	食パン じゃがいも 油 マヨネーズ	ベーコン 豆腐 卵 チーズ	にんじん グリーンピース(冷凍) たまねぎ パセリ しめじ	牛 乳 バームクーヘン	牛 乳 かりんとう
17 木	シーフードカレー ヨーグルトサラダ 麦ごはん	米 麦 油 じゃがいも マヨネーズ バター 小麦粉	ツナ缶 いか ちきりえび スキムミルク ロースハム プレーンヨーグルト	しょうが りんごにんにく パセリ きゅうり たまねぎ コーン缶 にんじん グリーンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 おかき	野菜果汁 ラスク
18 金	マーボー豆腐 わかめスープ 一口ゼリー 麦ごはん	米 白ごま 麦 一口ゼリー 油 さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 生わかめ ちくわ	にんにく もやし しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ えのきたけ	牛 乳 ウエハース	牛 乳 カステラ
19 土	【なかよし保育】 【着物の着付けに親しむ会】	おたのしみランチ			牛 乳 パイ菓子	
21 月	親子煮 酢みそあえ みかん ごはん	米 油 さとう	鶏胸肉 卵 刻みのみ しらす干し ちくわ 生わかめ	にんじん たけのこ缶 たまねぎ みかん えのきたけ 干し椎茸 グリーンピース(冷凍) きゅうり	牛 乳 おこし	豆びよ ビスケット
22 火	煮魚 白みそ汁 いちご ごはん	米 さとう 板こんにゃく じゃがいも	さかな 生わかめ 削り節	しょうが たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ いちご だいこん	牛 乳 ごませんべい	ココアミルク チーズ菓子
23 水	きんぴら 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう ごま油 すりごま(白)	豚もも肉 豆腐 生わかめ 削り節	ごぼう 葉ねぎ にんじん たけのこ缶 さやいんげん たまねぎ しめじ	牛 乳 ぼんせんべい	(星・乳児)牛 乳 ピザ風蒸しパン 牛 乳 あんまき
24 木	魚の竜田揚げ 中華コーンスープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油	さかな 卵 スキムミルク	しょうが もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ クリームコーン缶	牛 乳 のり巻きせんべい	牛 乳 フルーツきんとん
25 金	【誕生会】ふりかけごはん 鶏のから揚げ のっぺい汁 ごはん	米 白ごま 油 かたくり粉 さといも	しらす干し あおのり 鶏もも肉 油揚げ ちくわ 削り節	しょうが キャベツ だいこん にんじん ほうれんそう 葉ねぎ	牛 乳 塩せんべい	紅 茶 ケーキ
26 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 クッキー	
27 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・乳児食をたべます。

