

# 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	【園内豆まき】お豆ごはん 魚のごま揚げ すまし汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう 小麦粉 黒ごま 油	大豆 油揚げ 削り節 さかな 卵 生わかめ	干し椎茸 しめじ にんじん さやいんげん キャベツ たまねぎ みつば	牛 乳 塩せんべい	紅 茶 焼力スター (落花生他おみやげ)
2 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	
4 月	冬野菜のなかよし煮 白みそ汁 味付け煮干 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 削り節 味付け煮干	にんじん ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ しめじ 菜ねぎ	牛 乳 ごませんべい	マシュマロココア 小麦胚芽クッキー
5 火	イタリアン豆腐煮 かぼちゃサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 マヨネーズ	豆腐 ベーコン チーズ 生クリーム	トマト たまねぎ にんじん にんにく パセリ かぼちゃ 干しぶどう	牛 乳 クッキー	豆びよ おかき
6 水	ひじきと大豆の炒め煮 合わせみそ汁 ごはん	米 板こんにゃく 油 さとう	ひじき 大豆 鶏もも肉 揚げはん 削り節	にんじん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ はくさい ほうれんそう	牛 乳 ぼんせんべい	ヨーグルト レーズンクッキー
7 木	春雨のそぼろ炒め わかめスープ クロロール	クロロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう 白ごま	豚ひき肉 生わかめ ちくわ	しょうが にんにく 菜ねぎ たけのこ缶 にんじん 生椎茸 だいこん もやし	牛 乳 卵ボーロ	牛 乳 春菊だんご
8 金	魚の味噌煮 田舎汁 一口ゼリー ごはん	米 板こんにゃく さとう さといも 一口ゼリー	さかな 生揚げ 削り節	しょうが だいこん えのきたけ にんじん 菜ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	野菜果汁 カステラ
9 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 クッキー	
12 火	里いもと肉の揚げ煮 中華スープ ロールパン	ロールパン かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 豆腐 卵	さやいんげん にら にんじん 生椎茸	プリン	りんご おかき
13 水	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 バター 小麦粉 マヨネーズ	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク ロースハム プレーンヨーグルト	しょうが にんにく 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 コーン缶 パセリ	牛 乳 あられ	お 茶 あんまき
14 木	グラタン風シチュー ツナとわかめのサラダ レーズンロール	レーズンロール さとう 油 白ごま バター 小麦粉 パン粉(乾燥) マカロニ	鶏もも肉 生わかめ むきえび 生クリーム チーズ スキムミルク ツナ缶	パセリ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 クラッカー	牛 乳 かりかりうどん
15 金	じゃがいも金平 みそ汁 チーズ ごはん	米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう 白ごま	豚もも肉 揚げはん 油揚げ 生わかめ 揚げ干し チーズ	にんじん さやいんげん だいこん たまねぎ えのきたけ 菜ねぎ	牛 乳 おかき	発酵乳 ココアクッキー
16 土	【なかよし保育・着付けの会】 <b>おたのしみランチ</b>				牛 乳 のり巻きせんべい	
18 月	冬野菜のなかよし煮 白みそ汁 味付け煮干 ごはん	米 さといも 板こんにゃく 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 油揚げ 削り節 味付け煮干	にんじん ごぼう れんこん さやえんどう 干し椎茸 たまねぎ しめじ 菜ねぎ	牛 乳 ごませんべい	マシュマロココア 小麦胚芽クッキー
19 火	ツナサラダサンド ミルクスープ フルーツゼリー 食パン	食パン じゃがいも マヨネーズ フルーツゼリー	ツナ缶 ウィンナー 牛乳 スキムミルク	にんじん コーン缶 グリンピース(冷凍) 測 ブロッコリー たまねぎ しめじ	牛 乳 パイ菓子	プチプチヨーグルト ビスケット
20 水	ゆかりごはん にゅうめん 豚肉のしょうが炒め ごはん	米 そうめん さとう 油	かまぼこ 油揚げ 削り節 豚もも肉	ゆかり粉 ほうれんそう たまねぎ にんじん 菜ねぎ しょうが しめじ キャベツ	牛 乳 チーズ菓子	みかん レーズンクッキー
21 木	春雨のそぼろ炒め わかめスープ クロロール	クロロール ごま油 油 緑豆はるさめ さとう 白ごま	豚ひき肉 生わかめ ちくわ	しょうが にんにく 菜ねぎ たけのこ缶 にんじん 生椎茸 だいこん もやし	牛 乳 卵ボーロ	牛 乳 春菊だんご
22 金	【誕生会】 里芋とベーコンの混ぜご飯 エビのフリッター コンソメスープ ごはん	米 サラダ油 さといも 油 バター 小麦粉 かたくり粉	ベーコン えび 卵 あおりの ウィンナー	菜ねぎ キャベツ たまねぎ にんじん パセリ コーン缶	りんごジュース ウエハース	紅 茶 ケーキ
23 土	【家族ふれあいの日】 【遊戯会準備】 <b>ふれあいランチ</b> *おにぎりがいります				牛 乳 レーズンクッキー	
24 日	<b>ゆうぎかい (ひなまんじゅう)</b>					
26 火	里いもと肉の揚げ煮 中華スープ ロールパン	ロールパン かたくり粉 油 さといも さとう	鶏もも肉 豆腐 卵	さやいんげん にら にんじん 生椎茸	プリン	りんご おかき
27 水	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 バター 小麦粉 マヨネーズ	ツナ缶 いか むきえび スキムミルク ロースハム プレーンヨーグルト	しょうが にんにく 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 コーン缶 パセリ	牛 乳 あられ	お 茶 あんまき
28 木	グラタン風シチュー ツナとわかめのサラダ レーズンロール	レーズンロール さとう 油 白ごま バター 小麦粉 パン粉(乾燥) マカロニ	鶏もも肉 生わかめ むきえび 生クリーム チーズ スキムミルク ツナ缶	パセリ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 クラッカー	牛 乳 かりかりうどん

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・乳児食を食べます。

