

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 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	
3 月	【園内豆まき】お豆ごはん 魚の竜田揚げ 心玉汁 ごはん	米 板こんにゃく さとう かたくり粉 油 心	大豆 油揚げ 削り節 さかな 生わかめ 卵	干し椎茸 葉ねぎ にんじん ざやいんげん しょうが もやし たまねぎ	牛 乳 クッキー (おみやげ:)	牛 乳 いちご・クラッカー 発酵乳 バームクーヘン
4 火	マーボー豆腐 はるさめサラダ 麦ごはん	米 はるさめ(乾) 麦 白ごま 油 さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ローズハム 生わかめ	にんにく みかん缶 しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	お 茶 卵ポーロ	落花生・菓子いろいろ
5 水	じゃがいもと鶏肉の揚げ煮 白みそ汁 ごはん	米 じゃがいも かたくり粉 油 さとう	鶏もも肉 豆腐 削り節	にんじん さやいんげん ごまつな えのきだけ	お 茶 ほんせんべい	野菜果汁 ウエハース
6 木	豚肉の中華炒め 玉米湯(トイ-タ) クロロール	クロロール 油 さとう かたくり粉	豚もも肉 牛乳	しょうが クリームコーン缶 にんにく 葉ねぎ たまねぎ チンゲンサイ にんじん しめじ	りんごジュース チーズ菓子	牛 乳 (手作り) たご焼きもどき
7 金	ゆかりごはん にゅうめん 肉の風味炒め ごはん	米 そろめん 油 さとう	かまぼこ 油揚げ 削り節 豚もも肉	ゆかり粉 キャベツ たまねぎ 肩ピーマン にんじん 葉ねぎ しょうが にんにく	牛 乳 パイ菓子	お 茶 あんまん
8 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	
10 月	白菜のクリーム煮 ハムサラダ 味付け煮干 レズンロール	レズンロール 油 バター 小麦粉 サラダ油 さとう	鶏もも肉 生クリーム ローズハム 味付け煮干	はくさい りんご にんじん きゅうり たまねぎ しめじパセリ キャベツ	牛 乳 おかき	牛 乳 ビスケット
12 水	トマトソースハンバーグ コンソメスープ バターロール	バターロール パン粉(乾燥) マヨネーズ かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん しめじ ブロッコリー	牛 乳 コーンフレーク	牛 乳 のり巻きせんべい
13 木	煮魚 みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも 一口ゼリー	さかな 豆腐 生わかめ 煮干し	しょうが にんじん 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	お 茶 (手作り) 香菊だんご
14 金	ポテトサンド マカロニスープ 一口ゼリー 食パン	食パン じゃがいも 油 マカロニ マヨネーズ 一口ゼリー	ベーコン	赤ピーマン コーン缶 きゅうり ほうれんそう キャベツ たまねぎ にんじん	牛 乳 かりんとう	牛 乳 (手作り) ココアケーキ
15 土	【なかよし保育・着付けの会】 あたのしみランチ				牛 乳 のり巻きせんべい	
17 月	ボルシチ 切干し大根のサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 じゃがいも マヨネーズ バター すりごま(白)	牛肉 生クリーム ツナ缶	たまねぎ にんじん かぶ キャベツ 切干しだいこん きゅうり	牛 乳 ビスケット	(手作り) 豆乳みそリゾット みかん
18 火	マーボー豆腐 はるさめサラダ 麦ごはん	米 はるさめ(乾) 麦 白ごま 油 さとう かたくり粉 ごま油	豆腐 豚ひき肉 ローズハム 生わかめ	にんにく みかん缶 しょうが にんじん たまねぎ 葉ねぎ もやし	お 茶 卵ポーロ	発酵乳 バームクーヘン
19 水	カレーライス ツナサラダ 麦ごはん	米 さとう 麦 サラダ油 油 じゃがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 ツナ缶	にんにく 赤ピーマン しょうが きゅうり たまねぎ コーン缶 にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ	牛 乳 ごませんべい	豆 乳 クラッカー
20 木	豚肉の中華炒め 玉米湯(トイ-タ) クロロール	クロロール 油 さとう かたくり粉	豚もも肉 牛乳	しょうが クリームコーン缶 にんにく 葉ねぎ たまねぎ チンゲンサイ にんじん しめじ	りんごジュース チーズ菓子	牛 乳 (手作り) たご焼きもどき
21 金	【誕生会】ひじきごはん ドーナツ風落とし揚げ 野菜スープ ごはん	米 糸こんにゃく 油 小麦粉	ひじき むぎきび 油揚げ チーズ 卵 あらびきウィンナー	にんじん グリンピース(冷凍) コーン缶 パセリ キャベツ たまねぎ	お 茶 あられ	紅 茶 ケーキ
22 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 ウエハース	
23 日	ゆうぎかい(ひなまんじゅう)					
25 火	冬野菜のなかよし煮 合わせみそ汁 ごはん	米 さといも さとう 板こんにゃく 油	鶏もも肉 油揚げ 生わかめ 削り節	にんじん たまねぎ ごぼう 葉ねぎ れんこん さやえんどう 干し椎茸 はくさい	牛 乳 塩せんべい	牛 乳 クッキー
26 水	トマトソースハンバーグ コンソメスープ バターロール	バターロール パン粉(乾燥) マヨネーズ かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん しめじ ブロッコリー	牛 乳 コーンフレーク	牛 乳 のり巻きせんべい
27 木	煮魚 みそ汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも 一口ゼリー	さかな 豆腐 生わかめ 煮干し	しょうが にんじん 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	りんごジュース クリームパン
28 金	魚の甘酢あんかけ ふんわりスープ ミルクロール	ミルクロール 小麦粉 かたくり粉 さとう 油	白身魚 豆腐 ちくわ 卵	にんじん 葉ねぎ たまねぎ たけのこ缶 しめじ ざやいんげん 板葉ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	みかん おかき

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。

