3年度　**2月**　# 献　立　表　明照保育園

日	曜	献立名	材料名 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	おやつ 午前	午後
1	火	うの花炒り かす汁 ごはん	米　さとう　油	鶏むね肉　ちくわ うの花　油揚げ サケ	にんじん　干ししいたけ 葉ねぎ　だいこん	プリン	牛乳 クッキー
2	水	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 チーズ　ごはん	米　さとう　油	豚もも肉 わかめ　チーズ	しょうが　にんじん　たまねぎ だいこん　葉ねぎ	牛乳 クラッカー	牛乳 パイ菓子
3	木	【園内豆まき】 大豆入りツナごはん さかなのカレー揚げ すまし汁	米　さとう　油 白ごま　小麦粉	だいず　ツナ　ちくわ さかな	しょうが　にんじん　たまねぎ もやし　みつば しめじ	お茶 スティックチーズ	牛乳 かりんとう
4	金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ クロロール	レーズンロール 油　さとう　バター 小麦粉　サラダ油	ベーコン　生クリーム スキムミルク　ツナ	はくさい　にんじん　しめじ たまねぎ　パセリ　キャベツ 赤ピーマン　きゅうり　コーン	牛乳 クッキー	牛乳 ごませんべい
5	土	【家族ふれあいの日】	**ふれあいランチ**　＊お弁当をおねがいします			牛乳 ビスケット	
7	月	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米　さとう　油　麦 サラダ油　じゃがいも 小麦粉　バター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが　にんじん　たまねぎ にんにく　キャベツ　きゅうり グリンピース　コーン	牛乳 おこし	牛乳 ★マーマレードケーキ
8	火	煮みそ もやしあえ 麦ごはん	米　さとう　油　麦 さといも　板こんにゃく すりごま	鶏もも肉 生揚げ　わかめ	ごぼう　だいこん にんじん　もやし	牛乳 ウエハース	牛乳 塩せんべい
9	水	さかなの梅煮 すまし汁 チーズ　ごはん	米　さとう　ふ	さかな　わかめ チーズ　とうふ	梅干し　しょうが　ごぼう たまねぎ　葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 ★マカロニ安倍川
10	木	ホワイトシチュー りんごサラダ クロロール	クロロール　さとう　油 じゃがいも　バター 小麦粉　サラダ油	鶏もも肉 牛乳	にんじん　たまねぎ　しめじ キャベツ　コーン　りんご グリンピース　きゅうり	牛乳 ビスケット	牛乳 バームクーヘン
12	土	【家族ふれあいの日】	**ふれあいランチ**　＊お弁当をおねがいします			牛乳 おかき	
14	月	肉団子のスープ煮 ばんさんすう 味付け煮干し　ごはん	米　さとう　ごま油 かたくり粉　はるさめ	鶏ひき肉 ロースハム 味付け煮干し	しょうが　にんじん　たまねぎ にら　はくさい　きゅうり 干ししいたけ　もやし	牛乳 野菜せんべい	牛乳 ★ソイココアケーキ
15	火	厚揚げのそぼろ煮 白みそ汁 ごはん	米　さとう　油 かたくり粉　板こんにゃく じゃがいも	鶏ひき肉　とうふ 生揚げ　わかめ	ごぼう　にんじん　たまねぎ えのきたけ　干ししいたけ グリンピース　葉ねぎ	牛乳 のり巻きせんべい	牛乳 クラッカー
16	水	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 チーズ　ごはん	米　さとう　油	豚もも肉 わかめ　チーズ	しょうが　にんじん　たまねぎ だいこん　葉ねぎ	牛乳 クラッカー	牛乳 ★ラスク
17	木	揚げ肉のインド煮 わかめスープ ごはん	米　さとう　油 かたくり粉　じゃがいも 白ごま	鶏むね肉　だいず とうふ　わかめ	にんじん　たまねぎ パセリ　もやし	牛乳 おこし	牛乳 ビスケット
18	金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ 食パン	食パン 油　さとう　バター 小麦粉　サラダ油	ベーコン　生クリーム スキムミルク　ツナ	はくさい　にんじん　しめじ たまねぎ　パセリ　キャベツ 赤ピーマン　きゅうり　コーン	牛乳 クッキー	牛乳(１００) ごませんべい かんきつ類
19	土	【なかよし保育・着付けの会】	**おたのしみランチ**			牛乳 あられ	
21	月	カレーライス フレンチサラダ 麦ごはん	米　さとう　油　麦 サラダ油　じゃがいも 小麦粉　バター	豚もも肉 スキムミルク ロースハム	しょうが　にんじん　たまねぎ にんにく　キャベツ　きゅうり グリンピース　コーン	牛乳 ぽんせんべい	牛乳 ★じゃこボール
22	火	切り干し大根の煮つけ ふ玉汁 味付け煮干し　ごはん	米　さとう　油 かたくり粉　ふ	鶏もも肉　油揚げ きざみこんぶ　わかめ 卵　味付け煮干し	切り干しだいこん　にんじん さやいんげん　たまねぎ 葉ねぎ	牛乳 ウエハース	牛乳 クッキー
24	木	豚肉のケチャップ味 ベーコンスープ ミルクロール	ミルクロール　さとう 油　かたくり粉 じゃがいも	豚もも肉 ベーコン	たまねぎ　にんじん　パセリ キャベツ　コーン　ピーマン	牛乳 クラッカー	お茶 ★豆乳みそリゾット
25	金	【誕生会】 吹き寄せごはん チキンみそカツ そうめん汁	米　さとう　油 糸こんにゃく　小麦粉 そうめん　パン粉 すりごま	油揚げ 鶏ささみ	にんじん　さやえんどう もやし　干ししいたけ ほうれんそう　葉ねぎ	牛乳 野菜せんべい	紅茶 ケーキ
26	土	【家族ふれあいの日】	**ふれあいランチ**　＊お弁当をおねがいします			牛乳 クッキー	
27	日	【遊戯会】	**ゆうぎかい(おみやげ)**				

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の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・乳児食をたべます。
おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪