

2月 献立 予定 表

| 日 | 曜 | 献立名 | 献立材料 | おやつ |
|----|---|--|--|-----------------------|
| 1 | 土 | 野菜ラーメン ヨーグルト | 中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、 ねぎ、大蒜、生姜、中華だし | お菓子 乳酸飲料 |
| 3 | 月 | 鬼さんドライカレー 磯辺揚げ、豆サラダ ゼリー | 米、豚肉、人参、玉ねぎ、ケチャップ、カレールウ、 黒豆、コーンスナック、枝豆、大豆、きゅうり、かに かま、マヨネーズ、ちくわ、青のり、小麦粉、ソース | ★大豆飴 牛乳 |
| 4 | 火 | コッペパン チキンバーグ 3色ごま和え、スープ | コッペパン、鶏肉、玉ねぎ、人参、牛乳、パン粉、 ケチャップ、ソース、コンソメ、ほうれん草、もやし、 すりごま、豆腐、しめじ、ねぎ | せんべい 牛乳 |
| 5 | 水 | 🍷おにぎりの日 鶏肉と大根の煮物 蓮根サラダ、南瓜のみそ汁 | 鶏肉、大根、人参、生姜、蓮根、ハム、きゅうり、 コーン、マヨネーズ、南瓜、小松菜、えのき茸、ね ぎ、みそ | ヨーグルト 源氏パイ お茶 |
| 6 | 木 | ご飯 とんかつ サラダ、めった汁 | 豚肉、小麦粉、パン粉、ソース、ツナ、きゅうり、マ カロニ、マヨネーズ、豆腐、さつま芋、大根、玉ね ぎ、ねぎ、みそ | ★ジャムサンド 牛乳 |
| 7 | 金 | ミルクロールパン 魚の磯辺揚げ さわやか漬け、野菜スープ | ミルクロールパン、赤魚、小麦粉、青のり、ソー ス、キャベツ、きゅうり、パイン缶詰、鶏肉、片栗 粉、じゃが芋、大根、ほうれん草 | せんべい ビスケット 乳酸飲料 |
| 8 | 土 | ソース焼きそば バナナ | 中華麺、豚肉、ピーマン、ソース、玉ねぎ、人参、 もやし、キャベツ、バナナ | お菓子 乳酸飲料 |
| 10 | 月 | ご飯 キッズおでん ごま酢和え、麩のみそ汁 | 米、豚肉、焼き豆腐、さつま揚げ、大根、じゃが 芋、人参、あげ、白菜、ごま、しめじ、ねぎ、わか め、麩 | ★ウインナー蒸しパン 牛乳 |
| 12 | 水 | 🍷おにぎりの日 肉団子の野菜あんかけ ゆかり和え、冬野菜のみそ汁 | 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ、なす、ち くわ、キャベツ、きゅうり、ゆかりふりかけ、あげ、 蕪、白菜、椎茸、みそ | ヨーグルト せんべい お茶 |
| 13 | 木 | ツイストパン オムレツ ツナサラダ、チキンスープ | ツイストパン、卵、豚肉、玉ねぎ、人参、パセリ、コ ンソメ、ケチャップ、ツナ、ブロッコリー、きゅうり、 鶏肉、キャベツ、もやし、コーン、コンソメ | ★マカロニきな粉 牛乳 |
| 14 | 金 | ご飯 カレイのみそマヨ焼き マセドアンサラダ、けんちん汁 | 米、カレイ、みそ、マヨネーズ、チーズ、じゃが芋、 りんご、きゅうり、人参、マヨネーズ、豚肉、豆腐、 大根、ごぼう、ねぎ、ごま油 | 🍷チョコブラウニー 牛乳 |
| 15 | 土 | 鶏野菜うどん ゼリー | うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、白菜、ねぎ、もやし、 かまぼこ、あげ、みそ、生姜、大蒜、ゼリー | お菓子 乳酸飲料 |

★は手作りおやつです。



小丸山認定こども園

| 日 | 曜 | 献立名 | 献立材料 | おやつ |
|----|---|---------------------------------------|---|----------------------|
| 17 | 月 | ご飯 親子煮、キャベツのしらす和え 切り干し大根のみそ汁 | 米、鶏肉、玉ねぎ、人参、なると、椎茸、卵、しらす、キャベツ、きゅうり、あげ、切干大根、小松菜、みそ | ★フルーチェ お茶 |
| 18 | 火 | コッペパン 鶏肉のカレー揚げ カラフルサラダ、豆腐スープ | コッペパン、鶏肉、生姜、大蒜、カレー粉、片栗粉、ツナ、マカロニ、きゅうり、コーン、赤パプリカ、マヨネーズ、豆腐、青梗菜、玉ねぎ、椎茸、中華だし | ★マシュマロサンド 牛乳 |
| 19 | 水 | 🍷おにぎりの日 さばのみそ煮 高野豆腐煮、吉野汁 | さば、生姜、みそ、高野豆腐、あげ、人参、しめじ、いんげん、鶏肉、大根、里芋、ねぎ | バナナ せんべい 牛乳 |
| 20 | 木 | ご飯 焼売、ひじき煮 蓮根のすり流し汁 | 米、(冷)焼売、ひじき、大豆水煮、さつま芋、白滝、いんげん、蓮根、小松菜、えのき茸 | ヨーグルト ビスケット お茶 |
| 21 | 金 | 大豆入りカレーライス さつま芋サラダ みかんゼリー | 米、大豆、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、りんご、カレールウ、ケチャップ、もやし、さつま芋、きゅうり、ハム、マヨネーズ、みかんゼリー | バウムクーヘン 乳酸飲料 |
| 22 | 土 | ナポリタンスパゲティー オレンジ | スパゲティー、ベーコン、玉ねぎ、人参、ピーマン、パセリ、大蒜、コンソメ、ケチャップ、粉チーズ、オレンジ | お菓子 乳酸飲料 |
| 25 | 火 | ミルクロールパン 豚肉と青菜の炒め物 春雨サラダ、わかめスープ | ミルクロールパン、豚肉、玉ねぎ、小松菜、しめじ、大蒜、生姜、片栗粉、かにかま、春雨、きゅうり、もやし、ごま油、豆腐、白菜、えのき茸、わかめ、コンソメ | 源氏パイ 牛乳 |
| 26 | 水 | 🍷おにぎりの日 厚揚げの中華風煮 和え物、野菜スープ | 厚揚げ、豚肉、玉ねぎ、人参、たけのこ、ネギ、生姜、大蒜、片栗粉、ちくわ、切干大根、きゅうり、ごま、ごま油、卵、小松菜、えのき茸、ねぎ、中華だし | ★ピザパン 牛乳 |
| 27 | 木 | ツイストパン コロケ、グリーンサラダ 南瓜シチュー | ツイストパン、じゃが芋、玉ねぎ、豚肉、小麦粉、パン粉、ソース、ハム、キャベツ、きゅうり、人参、コーン、ベーコン、南瓜、玉ねぎ、ブロッコリー、しめじ、牛乳、シチュールウ | ★豆乳くずもち お茶 |
| 28 | 金 | ご飯 白身魚の照り焼き 雷豆腐、澄まし汁 | 米、赤魚、生姜、豆腐、豚肉、白滝、玉ねぎ、人参、ごぼう、椎茸、生姜、片栗粉、じゃが芋、青梗菜、えのき茸 | ビスケット 乳酸飲料 |

* 2月献立の平均栄養素(以上児)・・・たんぱく質23g、脂質18.9g、塩分2g、エネルギー554kcal

(未満児)・・・たんぱく質18.4g、脂質15g、塩分1.6g、エネルギー443kcal



* 行事等により献立が変更することがあります。

* 毎週水曜日は「おにぎりの日」です。

※ おにぎりの具材は傷みやすい食材(ハム、チーズ等)

は避け、梅干か紫蘇にしてください。

