

2月の献立

令和6年 光の子保育園

日	こんだて	おやつ	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)熱や力になる	(みどり)体の調子を整える
1日(木)	親子丼 もやし和え物 里芋のみそ汁 果物	保育乳 サーターアンダギー	鶏肉 卵 のり みそ 保育乳	米 砂糖 ごま油 ごま 里芋 小麦粉 ケーキミックス	玉ねぎ 椎茸 もやし 小松菜 人参 白菜 大根の葉 果物
2日(金)	鬼さんドライカレー ブロッコリーサラダ わかめスープ フルーツヨーグルト	保育乳 セサミクッキー 節分豆	合挽ミンチ 豚レバー 大豆 チーズ わかめ 卵 ヨーグルト 保育乳	米 押麦 カレー粉 油 ごまドレッシング 小麦粉 ごま バター 砂糖	人参 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン にんにく レーズン ブロッコリー カリフラワー パプリカ えのき 長ネギ 果物缶
3日(土)	麻婆豆腐丼 ナムル コーンスープ 果物	保育乳 パンケーキ	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ 保育乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま パンケーキ	人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ にんにく 生姜 もやし きゅうり パプリカ コーン ほうれん草 果物
5日(月)	黒米ご飯 さばのみそ煮 オクラのおかか和え 大根の煮物 そうめん汁 果物	保育乳 ピザトースト	さば みそ 糸かつお 鶏肉 大豆 ウィンナー チーズ 保育乳	米 黒米 砂糖 油 そうめん 食パン バター	生姜 オクラ 大根 人参 椎茸 絹さや ねぎ 果物 玉ねぎ ピーマン トマト
6日(火)	麦ご飯 鶏肉のさっぱり煮 ゆでブロッコリー きんぴらごぼう 南瓜のみそ汁 果物缶	ミルク 小倉スコーン	鶏肉 みそ 卵 豆乳 保育乳	米 押麦 砂糖 マヨネーズ ごま油 ごま 小麦粉 バター 小豆	生姜 にんにく ブロッコリー ごぼう 人参 いんげん 南瓜 玉ねぎ 豆苗 果物缶
7日(水)	玄米ご飯 魚のコーンマヨ焼き ひじきのごま和え 豆乳入りさつま汁 果物	保育乳 おつゆ麩ラスク	白身魚 チーズ ひじき ツナ 油揚げ みそ 豆乳 保育乳	米 玄米 小麦粉 油 バター マヨネーズ 砂糖 ごま さつま芋 おつゆ麩 きな粉	コーン 切干大根 人参 きゅうり 大根 人参 ねぎ 果物
8日(木)	バターロールパン チリコンカン メキシカンサラダ 白菜スープ 果物	油みそおにぎり	鶏ミンチ 大豆 ウィンナー みそ のり	バターロールパン カレー粉 マヨネーズ 砂糖 米	玉ねぎ 人参 トマト きゅうり コーン セロリ 白菜 果物
9日(金)	あわご飯 焼肉 マカロニサラダ きのこのみそ汁 果物	保育乳 チーズいももち	牛肉 卵 チーズ 保育乳	米 もちきび 片栗粉 砂糖 ごま油 マカロニ マヨネーズ じゃが芋 油	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン にんにく 生姜 パプリカ きゅうり えのき しめじ 椎茸 大根の葉 果物
10日(土)	 発表会(0~2歳児) 				
12日(月)	振替休日(公休日)				
13日(火)	タコライス コロッケ パンキンスープ きな粉かけヨーグルト	ミルク チヂミ	合挽ミンチ チーズ 豆乳 ヨーグルト きな粉 保育乳	米 押麦 砂糖 カレー粉 コロッケ 油 小麦粉 片栗粉 ごま油	玉ねぎ にんにく レタス トマト 南瓜 果物缶 人参 ニラ
14日(水)	しそご飯 ささみのピカタ 青菜のおかか和え クープイリチー 厚揚げのみそ汁 果物	ミルク バレンタイン ココア ショートブレッド	ささみ 卵 糸かつお 昆布 豚肉 厚揚げ みそ 保育乳	米 小麦粉 油 糸こんにやく バター 小麦粉 砂糖 ココア	小松菜 にんにく 切干大根 人参 なす ねぎ 果物
15日(木)	玄米ご飯 冬瓜のみそ汁 魚フライ・タルタルソースかけ ひじこの炒め煮 果物	ミルク お絵かきパン	白身魚 卵 ひじき さつま揚げ ワカメ 鶏肉 みそ 保育乳	米 玄米 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 食パン ジャム	玉ねぎ パプリカ 人参 もやし いんげん 冬瓜 果物
16日(金)	沖縄そば 納豆和え さつま芋のごま煮 果物	野菜いなり	三枚肉 かまぼこ 納豆 のり 油揚げ	沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米	ねぎ 白菜 きゅうり 人参 果物 ほうれん草
17日(土)	 発表会(3~5歳児) 				
19日(月)	たけのこご飯 魚のポテト焼き カリカリきゅうり 豚汁 果物	保育乳 おからマドレーヌ	鶏肉 油揚げ 白身魚 牛乳 青さのり 豚肉 豚レバー 卵 みそ おから 保育乳	米 押麦 砂糖 じゃが芋 牛乳 バター ごま油 ごま 小麦粉	たけのこ 人参 ねぎ きゅうり ごぼう 大根 長ネギ 果物 レーズン
20日(火)	★お誕生日会★ カレーピラフ 鶏肉のから揚げ 野菜サラダ クリームスープ 果物 	ジュース  お誕生日ケーキ	ウィンナー 卵 鶏肉 牛乳 ツナ	米 バター ジャガイモ 片栗粉 小麦粉 シチューミックス ケーキ	人参 ブロッコリー コーン ピーマン パプリカ 椎茸 ねぎ レタス にんにく 玉ねぎ 果物
21日(水)	 お弁当会	保育乳 豆腐スコーン	卵 豆腐 保育乳	小麦粉 砂糖 バター ケーキミックス	レーズン
22日(木)	ふりかけご飯 おでん 南瓜サラダ おでんの日 モロヘイヤのみそ汁 果物缶	保育乳 アイスボックス クッキー	つみれ ちくわ 厚揚げ 枝豆 チーズ みそ 卵 保育乳	米 砂糖 マヨネーズ バター 小麦粉	大根 人参 南瓜 モロヘイヤ コーン 長ネギ 果物缶
23日(金)	天皇誕生日(公休日)				
24日(土)	ピピン丼 ブロッコリーの和え物 ゆし豆腐 果物	保育乳 きなこクリームサンド	豚肉 みそ ツナ ゆし豆腐 保育乳 きな粉	米 押麦 ごま油 ごま 砂糖 食パン バター	もやし 小松菜 人参 にんにく 生姜 ブロッコリー きゅうり コーン ねぎ 果物
26日(月)	玄米ご飯 魚の揚げ煮 キャベツの梅和え 筑前煮 じゃが芋のみそ汁 果物	保育乳 ごまちゃんすこう	白身魚 鶏肉 みそ 保育乳	米 玄米 片栗粉 油 砂糖 じゃが芋 小麦粉 ラード ごま	生姜 キャベツ 大根 人参 椎茸 いんげん しめじ 大根の葉 果物
27日(火)	スパゲティー・ナポリタン ごぼうサラダ 豆腐のスープ 果物	青菜とツナの おにぎり	ウィンナー 枝豆 ささみ ひじき 豆腐 ツナ 保育乳	スパゲティー バター ごま マヨネーズ 砂糖 米	玉ねぎ 人参 ピーマン ごぼう にんにく チンゲン菜 えのき 果物 からし菜
28日(水)	麦ご飯 レバーのゴマソース 粉ふき芋 野菜炒め 白菜のみそ汁 果物缶	保育乳 ビスケットの日 チーズ ビスケット	豚レバー 青さのり ちくわ 油揚げ みそ チーズ 保育乳	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 ごま じゃが芋 バター ビスケット	ほうれん草 人参 生姜 玉ねぎ 白菜 大根の葉 果物缶
29日(木)	あわご飯 豆腐のキッシュ ブロッコリーの塩炒め 春雨スープ 果物	保育乳 あんバター トースト	豆腐 鶏ミンチ チーズ 卵 牛乳 わかめ 保育乳	米 もちきび バター 油 春雨 ごま 食パン 小豆	玉ねぎ ブロッコリー しめじ パプリカ コーン 人参 果物

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。
 ※玄米ご飯の日は未満児から2歳児クラスは白米です。

