



2月 献立表



日付	乳児 主食	献立	エネルギー たんぱく質 脂質	材 料 名				3時のおやつ
				熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)	調味料	
1 土	麺	肉うどん バナナ	533 18.6 15	干しうどん	牛肉、かまぼこ わかめ、牛乳	玉葱、人参 バナナ	しょうゆ、みりん 塩、いりこだし 削り節	お菓子
3 月	ご飯	いわしの天ぷら 豚汁 いちご	313 11.4 12.5	油、砂糖 板こんにゃく マヨネーズ	豆腐、豚肉、みそ、卵 ツナ缶、油あげ、のり 牛乳	玉葱、人参、ごぼう、きゅうり 葉ねぎ、いちご	酢、塩、みりん いりこだし	恵方巻
4 火	ご飯	牛肉甘辛煮 春雨スープ	345 16.8 17.7	春雨 マヨネーズ、砂糖	牛肉、豚レバー 卵、牛乳	玉葱、小松菜、キャベツ、たけのこ 人参、切干大根	白湯スープ ケチャップ しょうゆ、塩	クロワッサンサンド
5 水	パン	クリームシチュー キャベツツナサラダ	352 16.9 15.8	じゃがいも、ふ 砂糖、油 マヨネーズ	豚肉、ツナ缶 無塩バター、チーズ 牛乳	キャベツ、玉葱、人参、きゅうり 裏ごしコーン、小松菜、コーン	酢、塩	ふスナック
6 木	ご飯	治部煮 野菜のおひたし	288 17.5 13.6	ぎょうざの皮、砂糖	生揚げ、鶏肉、チーズ ツナ缶、ちくわ かつお節、牛乳	小松菜、キャベツ、人参、玉葱 れんこん、ごぼう、干ししいたけ	ケチャップ しょうゆ 削り節粉 いりこだし	簡単ピザ
7 金	ご飯	タンドリーチキン スパゲティーサラダ キウイ	393 20.5 19.7	ハーフスパゲティー マヨネーズ	鶏肉、ヨーグルト ツナ缶、牛乳	キウイ、キャベツ、きゅうり、人参 コーン、しょうが レモン果汁	ケチャップ、塩 カレー粉	アメリカンドック
8 土	麺	みそラーメン バナナ	459 17.8 10.3	生中華めん	豚肉、みそ、かまぼこ 有塩バター、わかめ 牛乳	バナナ、キャベツ、玉葱、人参 もやし、コーン	白湯スープ	お菓子
10 月	パン	鮭のマヨネーズ焼き ミネストローネ	349 20.3 19.8	じゃがいも マヨネーズ、パン粉	鮭、チーズ ベーコン、粉チーズ 牛乳	玉葱、キャベツ、トマト缶、人参 小松菜、マッシュルーム缶	コンソメ	チーズ・お菓子
12 水	ご飯	ハッシュドビーフ フルーツヨーグルト	487 15.8 21	砂糖	牛肉、大豆、チーズ ヨーグルト、生クリーム 牛乳	玉葱、人参、マッシュルーム缶 もも缶、パイン缶、キウイ、バナナ	ハヤシルウ	今川焼
13 木	ご飯	マーボー豆腐 切干大根の酢の物	351 13.8 15.8	小麦粉 砂糖 はちみつ	豆腐、卵、無塩バター 合ミンチ、みそ、油あげ ちりめん、黒ごま 白ごま、牛乳	人参、玉葱、キャベツ、たけのこ 切干大根、きゅうり、えのきたけ 葉ねぎ、レモン	酢、しょうゆ めんつゆ いりこだし、塩 削り節粉	はちみつレモン ケーキ
14 金	ご飯	白身魚の磯辺揚げ 野菜の彩り煮	370 17.1 20.8	油、小麦粉 じゃがいも パン粉、粉糖、砂糖	カラスカレイ、おから 卵、ベーコン 無塩バター、木綿豆腐 牛乳	キャベツ、玉葱、人参 干しぶどう あおのり	塩	おからチョコボール
15 土	麺	鍋焼き風うどん バナナ	541 17.9 15.3	干しうどん	鶏肉、卵 牛乳	玉葱、人参、小松菜、バナナ	しょうゆ、みりん 塩、いりこだし だし用削り節	お菓子
17 月	ご飯	さばのカレー照り焼き 中華スープ	357 18.3 18.5	黒砂糖、油 小麦粉、片栗粉 砂糖	さば、豆腐 卵、ベーコン 牛乳	裏ごしコーン、玉葱、人参 えのきたけ、葉ねぎ	白湯スープ みりん、しょうゆ カレー粉	黒糖蒸しパン
18 火	ご飯	肉じゃが 野菜としらすのごま炒め もも缶	308 11.8 12.6	じゃがいも、砂糖 サンドパン、はちみつ 糸こんにゃく	牛肉、無塩バター ちりめん、有塩バター 白ごま 牛乳	キャベツ、小松菜、人参、玉葱 干ししいたけ、もも缶	しょうゆ	ラスク
19 水	ご飯	かきあげ ひじきの炒め煮	374 12.3 16.5	じゃがいも、小麦粉 砂糖、油 ホットケーキ粉	鶏ミンチ、おから、大豆 卵、無塩バター、卵 ちりめん、ひじき 牛乳	玉葱、人参、春菊、バナナ	しょうゆ いりこだし 削り節粉	おからバナナ クッキー
20 木	ご飯	生揚げのそぼろ煮 かき玉汁	303 14.4 14.8	砂糖、片栗粉、油	生揚げ、卵、鶏ミンチ みそ、牛乳	玉葱、人参、ピーマン えのきたけ、ねぎ	しょうゆ	クリームコンフェ
21 金	パン	ハンバーグ ポテトツナサラダ パイン缶	413 15.7 19.5	じゃがいも マヨネーズ、砂糖	ツナ缶、牛乳	パイン缶、きゅうり、人参、コーン	ケチャップ ウスターソース 酢、塩	苺カップケーキ
22 土	ご飯	白身魚の甘酢漬け みそ汁	88.7 12.1 1.1	砂糖	カラスカレイ、みそ 煮干し、高野豆腐 牛乳	キャベツ、玉葱、人参、玉葱 きゅうり、葉ねぎ、干ししいたけ	酢、しょうゆ 塩	お菓子
25 火	パン	白身魚のクリームコーン焼き 野菜スープ	314 15.6 11.8	マヨネーズ	カラスカレイ ウインナー、ハム 有塩バター、牛乳	キャベツ、クリームコーン缶、玉葱 人参、小松菜、ピーマン ほうれんそう	コンソメ しょうゆ コンソメ、塩	チャーハンおむすび
26 水	ご飯	ポークカレー フルーツヨーグルト	515 15.9 19.8	じゃがいも、砂糖	豚肉、ヨーグルト 生クリーム、チーズ 無塩バター、牛乳	玉葱、人参、もも缶、パイン缶 キウイ バナナ、干しぶどう	カレールウ ケチャップ	カントリークッキー
27 木	ご飯	親子煮 春雨の酢の物	335 17.9 10.3	春雨、砂糖、油	鶏肉、卵、ツナ缶 きなこ、わかめ、牛乳	玉葱、人参、きゅうり、葉ねぎ	しょうゆ、酢 いりこだし、塩	揚げパン
28 金	ご飯	まぐろの五色揚げ コーンスープ	339 19.2 13.4	さつまいも、油 砂糖	まぐろ、豚レバー 大豆、ベーコン、牛乳	裏ごしコーン、玉葱、人参、小松菜	コンソメ しょうゆ ケチャップ、酒	セノビーゼリー
29 土	給食室掃除(お弁当・水筒)							

【お知らせ】

22日(土)は保育参観後、給食参観を行います。

対象学年は2歳児、3歳児(年少)4歳児(年中)です。

※土曜日ですが給食参観対象の幼児(年少・年中)は主食(ごはん)を持ってきてください。



★季節を味わう★



季節の節を分けるという意味をもち、豆まきをして邪気を払い清めます。季節の変わり目には天候が不安定なため、病気がかかりやすくもなり、その悪い鬼をおいはらいます。鬼は臭いのきついものと尖ったものを嫌うため、いわしを焼いたり、柊にいわしの頭をさして飾ることで鬼の侵入を防ぎます。節分の日に、福(幸運)を呼びこむ願いを込め、恵方(その年の一番良い方向)を向いて太巻きを食べる風習が広がっています。今年の恵方は西南西です。

