



R3年 2月 予定献立



日	曜日	主食	主菜・副菜・汁物	主な食材	おやつ	主な食材	夕食
1	月	うどん	いなかうどん さつま芋の甘煮 かぶのごま酢和え	うどん 鶏肉 油揚げ 人参 かぼちゃ ねぎ しめじ ほうれん草 味噌 酒 醤油 かつお昆布だし さつまいも 素精糖 醤油 かぶ 酢 素精糖 塩 ごま	キャラットライス 果物 牛乳	ご飯 人参 玉ねぎ 鶏ひき肉 塩 菜種油	ご飯 焼きもの 汁物
2	火	わかめご飯 (米 わかめ 塩 酒)	鰯のかば焼き(乳児 鮭の照り焼) ごぼうと人参の煮物 千草和え もやしと厚揚げのみそ汁	鰯 醤油 みりん 片栗粉 酒 菜種油 (鮭 醤油 みりん 酒) ごぼう 人参 素精糖 醤油 菜種油 ほうれん草 キャベツ 人参 しめじ ごま 醤油 かつおだし もやし 厚揚げ 味噌 にぼしだし	2日 恵方巻 16日 中華おこわ 果物 牛乳	2日:ご飯 のり 胡 瓜 ツナ 素精糖 醤油 酢 16日:もち米 豚肉 人参 つきこん 干椎茸 塩 醤油 みりん ごま油	スパゲティ サラダ 汁物
3	水	ご飯(米)	おからのミートローフ 里芋のごまマヨネーズ和え 麩と大根のすまし汁	おから 豚挽肉 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 塩 チーズ ケチャップ 里芋 ほうれん草 人参 こんにやく ごま マヨネーズ 素精糖 醤油 麩 大根 万能ねぎ 塩 醤油 かつお昆布だし	★チヂミ 果物 牛乳	豚肉 たら 玉ねぎ 赤ピーマン 小麦粉 片栗粉 菜種油 酢 素精糖 醤油 ごま油	おにぎり 和え物 汁物
4	木	ご飯(米)	ハヤシライス 白菜とリンゴのサラダ 豆腐とえのきのすまし汁	豚肉 玉ねぎ しめじ 素精糖 塩 バター ソース 小麦粉 ケチャップ トマト缶 菜種油 白菜 りんご きゅうり 酢 塩 菜種油 豆腐 えのき 万能ねぎ 塩 醤油 かつお昆布だし	キャラメルポテト 果物 牛乳	さつま芋 素精糖 バター 菜種油	混ぜご飯 煮物 汁物
5	金	ご飯(米)	鯖の竜田揚げ きゅうりとわかめの酢の物 キャベツのおかか和え ★豆乳入りみそ汁	鯖 醤油 酒 生姜 片栗粉 菜種油 きゅうり わかめ 酢 塩 素精糖 醤油 キャベツ かつお節 醤油 かつおだし 大根 ごぼう 人参 葱 豆乳 味噌 にぼしだし	ホイップジャム サンド 果物 牛乳	パン ジャム グラニュー糖 豆乳ホイップ	炒飯 サラダ 汁物
6	土	ご飯(米)	鶏のマーマレード焼き かぶとコーンのサラダ ほうれん草のみそ汁	鶏肉 マーマレード 醤油 みりん 素精糖 かぶ きゅうり 人参 コーン 酢 塩 菜種油 ほうれん草 えのき 豆腐 味噌 にぼしだし	ココア蒸しパン 果物 牛乳	薄力粉 BP 素精糖 ココア	
8	月	ご飯(米)	豚肉のソース焼き 切り干し大根の田舎風煮 ブロッコリーのごま和え さつま芋のみそ汁	豚肉 玉ねぎ ピーマン 赤ピーマン ソース 醤油 塩 菜種油 切干大根 昆布 人参 干し椎茸 しらたき みりん 素精糖 醤油 かつおだし ブロッコリー ごま 醤油 素精糖 さつま芋 玉ねぎ 万能ねぎ 味噌 にぼしだし	ちんすこう 果物 牛乳	薄力粉 素精糖 菜種油	スパゲティ サラダ 汁物
9	火	ご飯(米)	揚げ餃子 金時豆煮 ほうれん草のしらす和え なめこわかめのみそ汁	豚肉 キャベツ 葱 たら しょうが 塩 酒 醤油 ごま油 菜種油 餃子の皮 金時豆 素精糖 塩 ほうれん草 しらす 醤油 かつおだし なめこ わかめ 豆腐 みそ にぼしだし	フルーツ ヨーグルト クラッカー 麦茶	ヨーグルト パン缶 いちご みかん缶 グラニュー糖 クラッカー	炒飯 サラダ 汁物
10	水	ゆかりご飯 (米 ゆかり)	鶏肉のケチャップあんからめ 千切りキャベツ 大根とブロッコリーのサラダ 白菜とかぶのスープ	鶏肉 生姜 酒 塩 片栗粉 ケチャップ 醤油 素精糖 キャベツ 大根 ブロッコリー 人参 ツナ マヨネーズ 塩 白菜 かぶ ベーコン 塩 醤油 菜種油	レモンケーキ 果物 牛乳	薄力粉 BP 卵 牛乳 バター 砂糖 レモン レーズン 10日 ココア 豆乳 コーンスターチ	おにぎり 和え物 汁物
25	木	ご飯(米)	鯖のみそ焼き ひじきとれんこんのきんぴら 白菜の浅づけ わかめと椎茸のすまし汁	鯖 味噌 醤油 酒 みりん ひじき れんこん 豚肉 人参 素精糖 醤油 酒 菜種油 白菜 レモン 塩 わかめ 椎茸 長ねぎ 塩 醤油 かつお昆布だし	カレー焼きそば 果物 牛乳	中華麺 豚肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 もやし 中濃ソース 塩 醤油 菜種油 カレー粉	混ぜご飯 煮物 汁物
12	金	パン (ジャム)	パン ★冬野菜シチュー ブロッコリーサラダ	ロールパン 鶏肉 白菜 カリフラワー 玉ねぎ しめじ 人参 じゃが芋 パセリ 小麦粉 バター 牛乳 塩 ブロッコリー キャベツ 人参 無添加ロースハム 素精糖 酢 塩 菜種油	梅おかか おにぎり 果物 牛乳	ご飯 かつお節 梅びしお 醤油	ご飯 焼きもの 汁物
13	土	ご飯(米)	五目チャーハン 大豆と大根のサラダ わかめともやしのすまし汁	豚肉 人参 葱 ピーマン 椎茸 塩 醤油 菜種油 大根 人参 きゅうり 大豆 ツナ 酢 塩 菜種油 わかめ 葱 もやし 塩 醤油 かつお昆布だし	クラッカーサンド 果物 牛乳	クラッカー ジャム	

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

☆2日は節分です。(おやつの恵方巻は、幼児クラスは自分たちで作ります。)

☆10日は誕生を祝う行事食です。

※★印は、新メニューです。