

2月献立表(一般)

	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
昼食	ご飯 鮭の塩焼き ほうれんそうのごま和え 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	☆郷土料理(愛知県) ご飯 味噌カツ 切干大根の煮付け 漬汁(豆腐・あげ)	焼き肉丼 もやしのナムル わかめスープ ミニゼリー	ロールパン(1歳児は食パン) 白身魚フライ ブロッコリーサラダ ミネストローネ	チャーハン 蒸ししゅうまい 玉子スープ ヨーグルト
10時(乳児)	あんぱんまんビスケット	果物(バナナ)	ビスコ	たべっこ動物	サッポロポテト
3時	牛乳 ★ラスク	お茶 黒糖まんじゅう	お茶 ★しらすトースト	牛乳 ★マカロニあべかわ	ミロ ハーベスト
熱や力になるもの	米、油、マヨネーズ、すりごま、砂糖、じゃがいも、◎あんぱんまんビスケット、◎おやつ仲越、◎砂糖	米、砂糖、いりごま、◎黒糖饅頭	米、砂糖、ごま油、油、いりごま、ミニゼリー、◎ビスコ、◎食パン、◎マヨネーズ	ロールパン、油、マヨネーズ、◎たべっこ動物、◎マカロニ、◎砂糖	米、マヨネーズ、油、◎サッポロポテト、◎ミロ、◎ハーベスト
血や肉や骨になるもの	鮭、◎牛乳、◎マーガリン	豚カツ、刻みあげ、豆腐	牛肉、◎しらす	白身フライ、大豆、◎きな粉、◎牛乳	ベーコン、カニしゅうまい、卵、ヨーグルト、◎牛乳
体の調子を整えるもの	ブロッコリー、ほうれんそう、コーン、人参、青ネギ	ブロッコリー、切り干し大根、人参、グリーンピース、◎バナナ、◎お茶	玉ねぎ、キャベツ、人参、もやし、ほうれんそう、人参、わかめ、青ネギ、◎お茶、◎パセリ	ブロッコリー、人参、コーン、玉ねぎ、グリーンピース、トマト缶	玉ねぎ、人参、コーン、ブロッコリー、青ネギ
調味料	酒、塩、醤油、みりん、味噌、だし	赤だし、醤油、酒、みりん、おろしにんにく、だし、塩	おろし生姜、醤油、中華だし、塩	ウスターソース、ケチャップ、コンソメ、◎塩	胡椒、塩、コンソメ、片栗粉、中華だし
※1歳未満はくすり成分/塩分()は未測定	543(429)kcal 25.9(15.9)g 15.2(8.1)g 1.2(0.8)g	516(425)kcal 18.7(13.4)g 9(5.9)g 2(1.6)g	519(492)kcal 15.1(12.7)g 23.2(21.8)g 1.7(1.7)g	611(538)kcal 29.6(22.3)g 27.9(24.9)g 2.2(1.9)g	790(687)kcal 22.3(19.2)g 36.2(31.3)g 4.2(3.5)g
	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 ブリの照り煮 ほうれんそうの白和え 味噌汁(ふ)	建国記念日	醤油ラーメン 焼き餃子 さつまいもサラダ ヨーグルト	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 南豆腐 漬汁(わかめ)	三色丼 春雨の中華炒め 味噌汁(えのき・わかめ・ねぎ) みかん缶
10時(乳児)	ポ一口		果物(バナナ)	ぼたぼた焼き	星食べよ
3時	お茶 あんぱん		お茶 ★なめしおにぎり	お茶 ミルクまんじゅう	牛乳 ムーンライトクッキー
熱や力になるもの	米、砂糖、すりごま、おやつ仲越、◎ポ一口、◎あんぱん		中華そば、すりごま、ごま油、さつまいも、マヨネーズ、◎米	米、砂糖、油、◎ぼたぼた焼き、◎ミルクまんじゅう	米、砂糖、ごま油、春雨、油、◎星食べよ、◎ムーンライトクッキー
血や肉や骨になるもの	ブリ、豆腐		豚肉、かまぼこ、餃子、ヨーグルト	豚肉	合い挽きミンチ、◎牛乳
体の調子を整えるもの	ほうれんそう、人参、青ネギ、◎お茶		もやし、青ネギ、わかめ、ブロッコリー、きゅうり、人参、◎バナナ、◎お茶、◎黒糖	玉ねぎ、人参、緑ピーマン、かぼちゃ、グリーンピース、わかめ、◎お茶	椎茸、ほうれんそう、コーン、玉ねぎ、人参、えのき、わかめ、青ネギ、みかん缶
調味料	醤油、酒、おろし生姜、みりん、だし、味噌		中華だし、醤油、みりん、塩、胡椒	醤油、みりん、塩、だし	おろし生姜、みりん、酒、だし、中華だし、醤油、味噌
※1歳未満はくすり成分/塩分()は未測定	426(361)kcal 17.8(12.2)g 9.9(6)g 1.4(1.2)g		570(559)kcal 20.3(19.3)g 13.5(12.3)g 2.4(2.4)g	464(450)kcal 16.7(14.8)g 8.4(8)g 1.4(1.4)g	488(530)kcal 1.4(17.3)g 16.4(16.7)g 1.8(1.5)g
	17	18	19	20	21
昼食	ご飯 サーモンフライ キャベツの塩昆布和え 漬汁(わかめ)	カレーライス マカロニサラダ ヨーグルト	ご飯 豚肉のケチャップ煮 小松菜のごま和え 味噌汁(さつまいも) オレンジゼリー	☆誕生日会メニュー ふりかけご飯 ハンバーグ・ウィンナー ポテトサラダ・ブロッコリー・コーン・玉ねぎ ミニゼリー	かやくうどん 肉団子 とろけるプリン
10時(乳児)	たべっこ動物	ビスコ	星食べよ	白い風船	あんぱんまんせんべい
3時	お茶 ★蒸しパン	牛乳 カステラ	ヤケルト クリームパン	りんごジュース ケーキ	お茶 ★アメリカンドッグ
熱や力になるもの	米、油、◎たべっこ動物、◎蒸しパン、◎マヨネーズ	米、じゃがいも、油、マカロニ、マヨネーズ、◎ビスコ、◎カステラ	米、じゃがいも、砂糖、油、すりごま、さつまいも、オレンジゼリー、◎星食べよ、◎ヤケルト、◎クリームパン	米、ポテトサラダ、マヨネーズ、ミニゼリー、◎白い風船、◎ケーキ、◎ホイップ	うどん、マヨネーズ、プリン、◎あんぱんまんソフトせんべい、◎蒸しパン、◎マヨネーズ、◎油
血や肉や骨になるもの	サーモンフライ、◎マーガリン	牛肉、ツナフレーク、ヨーグルト、◎牛乳	豚肉、大豆	ハンバーグ、ウィンナー	鶏肉、かまぼこ、肉団子、◎牛乳、◎ウインナー
体の調子を整えるもの	ブロッコリー、キャベツ、人参、塩昆布、青ネギ、わかめ、◎お茶	人参、玉ねぎ、きゅうり	玉ねぎ、緑ピーマン、トマト缶、小松菜、人参、青ネギ	きゅうり、ブロッコリー、玉ねぎ、人参、パセリ、◎りんごジュース	玉ねぎ、人参、青ネギ、ブロッコリー、◎お茶
調味料	ウスターソース、ケチャップ、醤油、塩、だし、◎砂糖	カレーフレーク、塩、胡椒	ケチャップ、醤油、味噌、だし	かつおぶしかけ、デミグラスソース、ケチャップ、コンソメ、塩	醤油、みりん、だし
※1歳未満はくすり成分/塩分()は未測定	448(447)kcal 19(13.8)g 15(14.8)g 1.7(1.6)g	767(733)kcal 22.1(20.2)g 27.8(27)g 1.6(1.4)g	602(577)kcal 19.3(17.4)g 13.1(13)g 1.6(1.5)g	590(542)kcal 13.5(12.4)g 17.9(16.8)g 1.6(1.4)g	488(471)kcal 15.4(13.6)g 16.4(16.8)g 1.8(1.7)g
	24	25	26	27	28
昼食	ご飯 さばの味噌煮 白菜と揚げの和え物 漬汁(ふ)	ご飯 中華煮 春雨サラダ わかめスープ キャンディチーズ	ご飯 中華煮 春雨サラダ わかめスープ キャンディチーズ	ご飯 肉じゃが ほうれん草のおかか和え 味噌汁(大根) 小魚	豚バラ大根カレー キャベツのゴマ和え 果物(黄桃缶)
10時(乳児)	おにぎりせんべい	星食べよ	ビスコ	ポ一口	
3時	牛乳 ★ジャムサンド	お茶 ★フライドポテト	お茶 ★フライドポテト	果物(バナナ)	お茶 ぼたぼた焼き
熱や力になるもの	米、砂糖、おやつ仲越、◎おにぎりせんべい、◎食パン	米、油、砂糖、春雨、マヨネーズ、いりごま、◎星食べよ、◎フライドポテト	米、油、砂糖、春雨、マヨネーズ、いりごま、◎星食べよ、◎フライドポテト	米、じゃがいも、砂糖、油、◎ビスコ	米、油、すりごま、◎ポ一口、◎ぼたぼた焼き
血や肉や骨になるもの	さば、刻み揚げ、◎牛乳	豚肉、キャンディチーズ	豚肉、系かつお、刻み揚げ、小魚	牛肉、系かつお、刻み揚げ、小魚	豚肉
体の調子を整えるもの	生葱、白菜、人参、わかめ、青ネギ	チンゲン菜、白菜、玉ねぎ、人参、椎茸、きゅうり、わかめ、青ネギ、◎お茶	玉ねぎ、人参、グリーンピース、ほうれんそう、大根、青ネギ、◎バナナ		大根、玉ねぎ、人参、キャベツ、黄桃缶、◎お茶
調味料	味噌、醤油、だし、塩、◎いちごジャム	中華だし、醤油、塩、片栗粉、胡椒	醤油、酒、みりん、だし、味噌		カレーフレーク、塩、胡椒、醤油
※1歳未満はくすり成分/塩分()は未測定	574(531)kcal 21.2(19.5)g 19.7(19.1)g 2.8(2.7)g	574(475)kcal 16.3(13.9)g 19.2(17.2)g 2.1(2)g	474(452)kcal 16.5(14.6)g 13.6(13.5)g 1.3(1.2)g	503(488)kcal 11.1(10)g 17.6(17.3)g 1.7(1.6)g	

(◎10時おやつ 〇3時おやつ)

☆行事食・イベントメニュー

★手作りおやつ

◇粉河保育園オリジナルメニュー

※仕入れ材料の都合により献立の内容を変更する場合がありますのでご了承ください。