



2月予定献立



今月の献立にはくじら・うちゅう組の
リクエストメニューが入っています。
(☆印がついているもの)

2017年2月
風の子保育園

日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ	
1	15	水	さつまいも	ごはん	鶏ムネ肉の衣揚げ 大根とツナのきんぴら もやしときゅうりのゴマ酢和え ☆味噌汁	鶏肉 小麦粉 大根 ツナ もやし きゅうり にんじん 卵 ゴマ <なめこ 豆腐 ネギ>	☆きつねうどん(うどん 油揚げ ネギ) 小松菜のお浸し 煮干し
2	16	木	じゃが芋	ごはん	☆キャベツハンバーグ ブロッコリー添え 切干大根の煮物 味噌汁	牛豚合びき肉 キャベツ 玉ねぎ 卵 パン粉 ブロッコリー 切干大根 にんじん 竹輪 <白菜 えのき ワカメ>	鶏ごぼうごはん(米 鶏肉 ご ぼう にんじん) かぶの即席漬け 昆布
3				3日 節分メニュー			
	17	金	豆乳 ドリンク	ごはん	サバのネギ塩焼き なめ草和え キャベツと豚肉の味噌炒め かき玉汁	サバ ネギ 青菜 もやし なめ草 豚肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ しめじ <卵 チンゲン菜 ネギ>	きな粉団子(白玉粉 上新粉 きな粉) 白菜の即席漬け 煮干し
6	20	月	大根	菜めし	☆豚肉の生姜焼き 野菜添え ☆ひじきの煮物 味噌汁	豚肉 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー ひじき にんじん 油揚げ こんにゃく <かぶ もやし えのき>	みそポテト(じゃが芋 小麦粉 卵 ゴマ) 小松菜の煮浸し 煮干し
7		火	豆乳 ドリンク	ごはん	☆鶏の照り焼き 青菜のおかか和え さつまいもの甘煮 いわしのつみれ汁(クッキング)	鶏肉 青菜 もやし にんじん 鯉節 さつまいも <いわし 片栗粉 大根 にんじん ネギ ごぼう>	きのこごはん(米 しめじ えの き 干し椎茸 にんじん 油揚 げ) キャベツの即席漬け 昆布
	21			21日 誕生会メニュー			
8				8日 お弁当の日			
	22	水	干し芋	ごはん	☆高野豆腐のいんろう煮 ゴマ和え ☆ポテトサラダ ☆味噌汁	高野豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 青菜 キャベツ 油揚げ ゴマ じゃが芋 きゅうり にんじん ハム マヨネーズ <玉ねぎ ワカメ>	さけたまごはん(米 ネギ 鮭 卵) ブロッコリー 昆布
9	23	木	じゃが芋	ごはん	タラの包み焼き 即席漬け 豚肉と大根の煮物 味噌汁	タラ ほうれん草 卵 しめじ マヨネーズ 白菜 きゅうり にんじん 塩昆布 豚肉 大根 <豆腐 ネギ 油揚げ>	揚げ大豆とじゃこのからめ煮 (大豆 片栗粉 じゃこ) 小松菜の煮浸し するめ
10	24	金	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏手羽元と大根の煮物 きんぴらごぼう ☆納豆和え ☆味噌汁	鶏肉 大根 ごぼう にんじん 白滝 ゴマ 納豆 小松菜 白菜 <じゃが芋 玉ねぎ ワカメ>	☆焼き芋(さつまいも) ほうれん草の煮浸し 煮干し
13	27	月	干し芋	ごはん	☆豆腐の真砂揚げ きのこ炒め れんこんとごぼうのサラダ 味噌汁	豆腐 鶏ひき肉 じゃこ 片栗粉 ほうれん草 玉ねぎ しめじ エリンギ れんこん ごぼう にんじん きゅうり ツナ ゴマ マヨネーズ <大根 油揚げ>	☆焼きそば(中華麺 豚肉 キャベツ もやし にんじん) するめ
14	28	火	豆乳 ドリンク	菜めし	☆鮭の味噌焼き かぶの甘酢漬け 厚揚げのきのこあんかけ にゅうめん	鮭 かぶ にんじん かぶの葉 厚揚げ しめじ えのき <そうめん ネギ 小松菜>	ごはんのお焼き(米 小麦粉 干しエビ 片栗粉) ブロッコリー 昆布

麦茶は食事時ほか必要に応じておだしています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

3日(金) 節分メニュー

大豆ごはん(大豆 にんじん 油揚げ 干椎茸)
いわしの竜田揚げ(いわし 片栗粉)
大根ときゅうりの梅おかか和え
(大根 きゅうり 梅干し 鯉節)
☆白菜と肉団子スープ
(鶏ひき肉 ネギ 白菜 にんじん しめじ 春雨)
花みかん



7日(火) 3・4・5歳クッキング

子どもたちが昼食に食べるいわしのつみれ汁を作ります。

8日(水) お弁当の用意をお願いします。

21日(火) 誕生会メニュー(バイキング)

わかめごはん 梅しらすごはん
☆肉団子の甘酢あん(牛豚合びき肉 玉ねぎ 卵 パン粉)
卵巾着(卵 油揚げ)
オープン焼き(ウインナー じゃが芋 さつまいも 玉ねぎ
しめじ スナッブえんどう)
ツナサラダ(ツナ キャベツ ブロッコリー にんじん コーン
マヨネーズ) いやかん りんご

おやつ 巻き寿司 いちご添え
(米 海苔 卵 かんぴょう きゅうり でんぶ)

