



2月予定献立



今月の献立にはくじらとうちゅう組の
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)

2022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	火	1日豆乳 15日さつま芋	ごはん タラの包み焼き 甘酢和え 豚肉と大根の煮物 味噌汁	タラ ほうれん草 にんじん しめじ 卵不使用マヨネーズ 白菜 きゅうり 豚肉 大根 ＜豆腐 玉ねぎ ワカメ＞	☆肉まん(小麦粉 豚ひき肉 玉ねぎ) スナッブえんどう 昆布
2	16	水	じゃが芋	ごはん マーボー豆腐 れんこんのオープン焼き 白菜とりんごのサラダ ☆にゅうめん	豚ひき肉 豆腐 ネギ にんじん 生椎茸 れんこん 白菜 りんご きゅうり 卵不使用マヨネーズ ＜そうめん ネギ ほうれん草＞	ツナ昆布ごはん(米 ツナ 塩 昆布 にんじん) 大根の即席漬 煮干し
3		木	豆乳 ドリンク	3日 節分メニュー		チキンライス(米 鶏肉 玉ねぎ ビーマン) するめ
	17			17日 誕生会メニュー		
4	18	金	干し芋	ごはん 根菜のかき揚げ おおか和え コロコロサラダ ☆白菜と肉団子のスープ	ごぼう にんじん 玉ねぎ 竹輪 小麦粉 片栗粉 ブロッコリー キャベツ 鰹節 じゃが芋 さつま芋 きゅうり ハム 卵不使用マヨネーズ ＜鶏ひき肉 ネギ 白菜 にんじん しめじ 春雨＞	☆みたらし団子(上新粉) ほうれん草の煮浸し 煮干し
7	21	月	じゃが芋	菜めし ☆チキン南蛮 小松菜としめじのツナ和え ひじきの炒り煮 味噌汁	鶏肉 卵 玉ねぎ らっきょう 卵不使用マヨネーズ 小松菜 もやし しめじ ツナ ひじき 竹輪 にんじん 糸こんにゃく ＜かぶ 油揚げ＞	焼きおにぎり(米) ブロッコリー 煮干し
8	22	火	豆乳 ドリンク	ごはん 鶏のつくね焼き オープン焼き 春雨サラダ ☆味噌汁	鶏ひき肉 玉ねぎ 卵不使用マヨネーズ 片栗粉 じゃが芋 スナッブえんどう 春雨 きゅうり もやし にんじん ハム ＜なめこ 豆腐 ネギ＞	8日大根焼き餅(大根 上新粉 ネギ ベーコン)昆布 22日お好み焼き(小麦粉 キャベツ ネギ 豚肉 卵 青海苔) 昆布
9		水	さつま芋	ごはん ポテトコロッケ 即席漬 大豆と刻み昆布の煮物 味噌汁	豚ひき肉 じゃが芋 玉ねぎ おから 卵 小麦粉 パン粉 キャベツ きゅうり 大豆 刻み昆布 にんじん 油揚げ 糸こんにゃく ＜えのき 小松菜＞	鶏ごぼうごはん(米 鶏肉 ごぼう にんじん) ほうれん草の煮浸し 昆布
10	24	木	干し芋	ごはん 鶏肉の香味焼き 五日きんぴら 納豆和え 味噌汁	鶏肉 ネギ れんこん ごぼう にんじん さつま揚げ エリンギ 納豆 小松菜 白菜 ＜里芋 大根＞	☆マカロニきな粉(マカロニ きな粉) キャベツの煮浸し 煮干し
	25	金	豆乳 ドリンク	ごはん かじきの梅しようゆ焼き 大豆もやしの和え物 肉豆腐 ☆味噌汁	かじき 梅干し 大豆もやし にんじん ほうれん草 ゴマ 豆腐 豚肉 白菜 ネギ にんじん 糸こんにゃく ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	きのこおこわ(もち米 しめじ えのき 舞茸 にんじん 油揚げ) 小松菜のお浸し 煮干し
14	28	月	豆乳 ドリンク	ごはん ☆ポークピカタ ほうれん草の磯和え ☆マカロニサラダ 味噌汁	豚肉 卵 小麦粉 ほうれん草 もやし 刻み海苔 鰹節 マカロニ にんじん きゅうり キャベツ ハム 卵不使用マヨネーズ ＜白菜 油揚げ＞	大学芋(さつま芋 黒ゴマ) ブロッコリー 煮干し

麦茶は食事時ほか必要に応じておだししています。

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(木) 節分メニュー

大豆ごはん(大豆 にんじん 油揚げ)
いわしの竜田揚げ(いわし 片栗粉 ゴマ)
梅昆布和え
(白菜 ほうれん草 梅干し 塩昆布)
☆豚汁
(豚肉 じゃが芋 大根 にんじん ごぼう
ネギ 糸こんにゃく)
花みかん

17日(木) 誕生会メニュー

ワカメごはん おかか昆布ごはん
☆ハンバーグ(牛豚合いびき肉 玉ねぎ 卵不使用マヨネーズ
パン粉 ぶなびー)
鮭とごぼうの揚げ南蛮(鮭 ごぼう 片栗粉 ネギ)
巾着煮(油揚げ 豆腐 鶏ひき肉 にんじん)
キャベツとブロッコリーのツナサラダ
(キャベツ ブロッコリー 人参 コーン ツナ 卵不使用マヨネーズ)
いよかん りんご

おやつ 飾りごはん(米 玉ねぎ ウィナー 刻み海苔) 昆布

8日(火) こあら・くじら組は遠足の日になりますので、
お弁当の用意をお願いします。

22日(火) クッキング くじら組がお好み焼きを作ります。