



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)

2024年2月
風の子保育園

日	曜日	午前補食	昼食	午後補食	材料名(○は午前補食、◎は午後補食にのみ含まれる材料です)				
					黄(熱や力になるもの)	赤(からだを作るもの)	緑(体の調子を整えるもの)	その他	
1	15	木	豆乳	ごはん 豚肉の味噌焼き 野菜炒め ☆ポテトサラダ ☆ワカメスープ(ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ)	こぎつねごはん ほうれん草の煮浸し 煮干し	米、じゃが芋、卵不使用マヨネーズ、春雨、白ゴマ、◎さつま芋	○豆乳、豚ロース肉、ツナ、ハム、◎油揚げ、煮干し	生姜、にんにく、キャベツ、スナップえんどう、コーン、きゅうり、にんじん、ワカメ、玉ねぎ、◎ネギ、ほうれん草	醤油、食塩、料理酒、本みりん、三温糖、穀物酢、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
2		金	さつま芋	節分メニュー	☆磯辺団子 かぶの即席漬け 煮干し	○さつま芋、米、片栗粉、白ゴマ、じゃが芋、糸こんにゃく、◎上新粉、団子粉	大豆、油揚げ、いわし、豚こま肉、◎煮干し	にんじん、生姜、白菜、ほうれん草、梅干し、塩昆布、大根、にんじん、ネギ、ごぼう、みかん、◎刻み海苔、かぶ	醤油、食塩、料理酒、本みりん、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
	16			ごはん かじきのバーベキューソース おかか和え 大根の味噌そば煮 味噌汁(豆腐 白菜)		○さつま芋、米、片栗粉、◎上新粉、だんご粉	かじき、鰹節、豚ひき肉、絹豆腐、◎煮干し	りんご、キャベツ、ブロッコリー、大根、にんじん、ネギ、白菜、◎刻み海苔、かぶ	醤油、食塩、料理酒、本みりん、穀物酢、三温糖、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
3	17	土	干し芋	ごはん 豚肉の炒め煮 白菜のコールスローサラダ 味噌汁(豆腐 えのき 油揚げ)	おにぎり(ツナ、塩昆布) 煮干し	○さつま芋、米、卵不使用マヨネーズ	豚バラ肉、ハム、絹豆腐、油揚げ、◎ツナ、煮干し	生姜、にんにく、玉ねぎ、白菜、ブロッコリー、にんじん、コーン、えのき、◎塩昆布	醤油、食塩、料理酒、穀物酢、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
5	19	月	干し芋	ごはん ☆鶏のから揚げ おかかマヨ和え 高野豆腐の煮物 ☆味噌汁(じゃが芋 玉ねぎ ワカメ)	ひじきごはん 小松菜の煮浸し 煮干し	○さつま芋、米、片栗粉、卵不使用マヨネーズ、じゃが芋	鶏もも肉、竹輪、鰹節、高野豆腐、◎油揚げ、煮干し	生姜、にんにく、玉ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、干し椎茸、ワカメ、◎ひじき、小松菜	醤油、食塩、本みりん、料理酒、三温糖、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
6		火	豆乳	ごはん 赤魚の煮付け きゅうりのパリパリ漬け 豚肉と春雨炒め まゆ玉汁(団子粉 里芋 鶏肉 大根 にんじん ネギ 小松菜)	☆おさつりんご スナップえんどう 煮干し	米、春雨、団子粉、里芋、◎さつま芋	○豆乳、赤魚、豚こま肉、鶏もも肉、◎煮干し	生姜、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、大根、ネギ、小松菜、◎りんご、スナップえんどう	醤油、食塩、料理酒、本みりん、三温糖、サラダ油、鰹昆布だし汁
	20			誕生日会メニュー		米、白ゴマ、片栗粉、じゃが芋	○豆乳、鰹節、牛豚合挽肉、木綿豆腐、鮭、ハム、◎ウインナー、煮干し	ワカメ、塩昆布、玉ねぎ、ぶなびー、ごぼう、ネギ、スナップえんどう、ブロッコリー、にんじん、白菜、みかん、りんご、◎刻み海苔	醤油、食塩、料理酒、本みりん、中濃ソース、ケチャップ、三温糖、サラダ油、穀物酢
7	21	水	さつま芋	ごはん チキンロール 金時豆の甘煮 フレンチサラダ ☆にゅうめん(そうめん ネギ)	☆豆乳くず餅 ブロッコリー 昆布	○さつま芋、米、そうめん、◎片栗粉	鶏もも肉、金時豆、ハム、◎豆乳、きな粉	にんじん、ごぼう、生姜、キャベツ、スナップえんどう、黄色パプリカ、ネギ、◎ブロッコリー、昆布	醤油、食塩、料理酒、本みりん、三温糖、ゴマ油、味噌、鰹昆布だし汁
8	22	木	豆乳	ごはん ☆豚カツ ほうれん草の海苔和え 切干大根の煮物 ☆味噌汁(なめこ 豆腐 ネギ)	焼きビーフン するめ	米、小麦粉、パン粉、◎米麺	○豆乳、豚ヒレ肉、卵、油揚げ、絹豆腐、◎鶏ひき肉、するめ	ほうれん草、もやし、刻み海苔、切干大根、にんじん、なめこ、ネギ、◎キャベツ、玉ねぎ	醤油、食塩、料理酒、本みりん、三温糖、サラダ油、中濃ソース、味噌、鰹昆布だし汁
9		金	じゃが芋	菜めし 真珠蒸し 白菜ときゅうりの甘酢和え 大豆と刻み昆布の煮物 味噌汁(かぶ えのき)	やきとりごはん ほうれん草の煮浸し 昆布	○じゃが芋、米、白ゴマ、もち米、片栗粉、糸こんにゃく	豚ひき肉、大豆、油揚げ、◎鶏もも肉	かぶの葉、白菜、きゅうり、刻み昆布、本みりん、三温糖、ゴマ油、味噌、鰹昆布だし汁	
10	24	土	干し芋	ごはん 鶏肉の塩麹焼き シルバーサラダ 味噌汁(玉ねぎ ほうれん草)	おにぎり(鮭) 煮干し	○さつま芋、米、春雨、卵不使用マヨネーズ	鶏もも肉、ハム、◎鮭、煮干し	きゅうり、もやし、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草	塩麹、食塩、料理酒、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
	26	月	さつま芋	ごはん 豆腐ナゲット 小松菜のゴマ和え じゃが芋炒め 味噌汁(白菜 大根)	焼きびん キャベツの即席漬け 煮干し	○さつま芋、米、片栗粉、白ゴマ、じゃが芋	鶏ムネ肉、木綿豆腐、油揚げ、ハム、◎煮干し	にんにく、小松菜、もやし、にんじん、玉ねぎ、白菜、大根、◎青海苔、キャベツ	醤油、食塩、料理酒、三温糖、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
13	27	火	豆乳	ごはん ☆鮭のもみじ焼き さっぱり和え 炒り豆腐 味噌汁(舞茸 えのき ほうれん草)	チキンライス 昆布	米、卵不使用マヨネーズ、白ゴマ	○豆乳、鮭、鶏ひき肉、木綿豆腐、◎鶏もも肉	にんじん、きゅうり、セロリ、玉ねぎ、舞茸、えのき、ほうれん草、◎ピーマン、昆布	醤油、食塩、穀物酢、ゴマ油、料理酒、本みりん、三温糖、味噌、鰹昆布だし汁、◎ケチャップ
14	28	水	干し芋	ごはん ☆和風ハンバーグおろしソース オープン焼き ひじきとほうれん草のサラダ 味噌汁(キャベツ 油揚げ)	ネギ豚ごはん 白菜の即席漬け 昆布	○さつま芋、米、片栗粉、じゃが芋、白ゴマ、卵不使用マヨネーズ	牛豚合挽肉、木綿豆腐、ツナ、油揚げ、◎豚バラ肉、煮干し	玉ねぎ、大根、しめじ、ひじき、ほうれん草、きゅうり、にんじん、コーン、キャベツ、◎ネギ、白菜、昆布	醤油、食塩、料理酒、本みりん、穀物酢、三温糖、サラダ油、味噌、鰹昆布だし汁
	29	木	じゃが芋	菜めし 鶏肉の梅しょうゆ焼き れんこんの青海苔炒め 白菜とれんこんのサラダ 味噌汁(かぶ 玉ねぎ)	☆ひまわりパイ スナップえんどう 煮干し	○じゃが芋、米、白ゴマ、卵不使用マヨネーズ、◎餃子の皮	鶏もも肉、ハム、◎煮干し	かぶの葉、梅干し、れんこん、青海苔、白菜、きゅうり、りんご、かぶ、玉ねぎ、◎かぼちゃ、スナップえんどう	醤油、食塩、料理酒、本みりん、穀物酢、三温糖、ゴマ油、味噌、鰹昆布だし汁

3歳以上児は午前補食を除いた献立になります。
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。

14日(水) こあら・ぱんだ・きりん・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。

2日(金) 節分メニュー

大豆ごはん
いわしの竜田揚げ
梅昆布和え
☆豚汁 花みかん

22日(木) 誕生日会メニュー(バイキング)

ワカメごはん おかか昆布ごはん
☆ハンバーグ 鮭とごぼうの揚げ南蛮
粉ふき芋 スナップえんどう 白菜のサラダ
いよかん りんご

おやつ 飾りごはん 昆布

6日(火) クッキング くじら組がまゆ玉汁を作ります。