



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)

2025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	土	干し芋	ごはん 豚肉の生姜焼き シルバーサラダ 味噌汁(白菜 油揚げ)	おにぎり(ツナ 塩昆布) 煮干し	○さつまいも、米、春雨、マヨネーズ	豚ロース肉、ハム、油揚げ、◎ツナ、煮干し	生姜、にんにく、玉ねぎ、きゅうり、もやし、にんじん、白菜、◎塩昆布、	醤油、塩、料理酒、本みりん、穀物酢、味噌、鰹昆布だし汁
3	17	月	じゃが芋	ごはん ☆鶏のから揚げレモンソース 小松菜とひじきのゴマ和え 切干大根の煮物 味噌汁(玉ねぎ ワカメ)	☆おにまじゅう ブロッコリー 煮干し	○じゃが芋、米、片栗粉、白ゴマ、◎小麦粉、さつまいも	鶏もも、ムネ肉、油揚げ、竹輪、◎煮干し	生姜、にんにく、レモン、小松菜、もやし、ひじき、えのき、切干大根、人参、玉ねぎ、ワカメ、◎ブロッコリー	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁
4	18	火	豆乳	ごはん ☆豚肉のゴマ味噌焼き きんぴら大根 ほうれん草のサラダ ☆にゅうめん(そうめん ネギ)	☆チキンライス 昆布	米、白ゴマ、マヨネーズ、そうめん	○豆乳、豚ロース肉、さつまいも揚げ、ハム、◎鶏もも肉	生姜、にんにく、大根、にんじん、ほうれん草、ブロッコリー、きゅうり、コーン、ネギ、◎玉ねぎ、ピーマン、昆布	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁、◎ケチャップ
5	19	水	豆乳	ごはん 白身魚の煮付け ほうれん草の昆布和え マカロニサラダ 鶏目汁(鶏肉 大根 にんじん 白菜 ネギ)	ごはん キャベツの煮浸し 昆布	米、マカロニ、マヨネーズ	○豆乳、マトウダイ、ハム、鶏もも肉、◎豚バラ肉、油揚げ	ほうれん草、もやし、塩昆布、きゅうり、にんじん、大根、ネギ、白菜、◎キャベツ、昆布	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁
6	20	木	さつまいも	ごはん 鶏肉の梅味噌焼き 即席漬け 五目きんぴら ☆ワカメスープ(ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ)	6日きのこおこわ 小松菜の煮浸し 昆布 20日うどん	○さつまいも、米、春雨、白ゴマ、◎6日もち米、20日うどん(小麦粉)	鶏もも肉、さつまいも揚げ、◎6日油揚げ、20日豚こま肉	梅干し、白菜、きゅうり、生姜、ごぼう、れんこん、にんじん、エリンギ、ワカメ、玉ねぎ、◎6日しめじ、えのき、干し椎茸、小松菜、昆布、20日大根、ネギ、小松菜、	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁
7	21	金	干し芋	ごはん ポテトコロッケ おかかマヨ和え ひじきの煮物 ☆味噌汁(なめこ 豆腐 ネギ)	大根焼き餅 するめ	○さつまいも、米、じゃが芋、パン粉、小麦粉、マヨネーズ、糸こんにやく◎上新粉、	豚ひき肉、おから、卵、竹輪、鰹節、油揚げ、絹豆腐、◎ハム、するめ、	玉ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、ひじき、にんじん、なめこ、ネギ、◎大根、万能ネギ、	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、中濃ソース、油、味噌、鰹昆布だし汁
8	22	土	干し芋	ごはん 鶏肉の照り焼き 白菜のコールスローサラダ 味噌汁(じゃが芋 玉ねぎ ワカメ)	おにぎり(鮭) 煮干し	○さつまいも、米、マヨネーズ、じゃが芋	鶏もも肉、ハム、◎鮭、煮干し	生姜、にんにく、白菜、ブロッコリー、にんじん、コーン、玉ねぎ、ワカメ	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁
10	月	豆乳	菜めし ☆豚肉と春雨の味噌炒め 粉ふき芋 かぶとりんごの甘酢和え 味噌汁(豆腐 えのき 油揚げ)	さけたまごはん ほうれん草の煮浸し 昆布	米、白ゴマ、春雨、じゃが芋	○豆乳、豚こま肉、絹豆腐、油揚げ、◎鮭、卵	かぶの葉、にんじん、もやし、ネギ、ニラ、かぶ、りんご、えのき、◎ほうれん草、昆布	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁	
25	火	豆乳	菜めし チキンロール さつまいも和え じゃが芋炒め 味噌汁(かぶ 油揚げ)	こまつなごはん 白菜の即席漬け 昆布	米、白ゴマ、じゃが芋	○豆乳、鶏もも肉、ハム、油揚げ、◎ツナ	かぶの葉、にんじん、ごぼう、きゅうり、セロリ、玉ねぎ、かぶ、◎小松菜、白菜、昆布	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、油、味噌、鰹昆布だし汁	
12	26	水	干し芋	ごはん かじきのバーベキューソース ほうれん草と油揚げの和え物 炒り豆腐 ☆味噌汁(じゃが芋 玉ねぎ ワカメ)	☆味噌焼きおにぎり スティックきゅうり 煮干し	○さつまいも、米、片栗粉、じゃが芋、	かじき、油揚げ、鶏ひき肉、木綿豆腐、◎煮干し、	りんご、ほうれん草、もやし、生姜、玉ねぎ、にんじん、ワカメ、◎きゅうり	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁
13	木	豆乳	ごはん ☆ハンバーグきのこソース 野菜炒め さつまいもと豆のサラダ 味噌汁(白菜 油揚げ)	鶏昆布ごはん 小松菜の煮浸し 煮干し	米、さつまいも、マヨネーズ	○豆乳、牛豚合挽肉、木綿豆腐、大豆、ハム、油揚げ、◎鶏ひき肉、煮干し	玉ねぎ、ぶなびー、キャベツ、スナップエンドウ、コーン、にんじん、きゅうり、白菜、◎刻み昆布、小松菜	醤油、塩、料理酒、中濃ソース、ケチャップ、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁	
27	木	誕生会メニュー	誕生会メニュー		米、白ゴマ、片栗粉、小麦粉	○豆乳、牛豚合挽肉、木綿豆腐、鮭、厚揚げ、ハム、クリームチーズ、卵、◎鶏ひき肉、煮干し	ワカメ、ひじき、しそ、にんじん、玉ねぎ、ごぼう、ネギ、大根、白菜、ブロッコリー、にんじん、コーン、みかん、りんご、◎鶏ひき肉、小松菜、	醤油、塩、料理酒、中濃ソース、ケチャップ、穀物酢、油、味噌、鰹昆布だし汁	
14	28	金	さつまいも	ごはん 豆腐のふんわり揚げ ごぼうと竹輪のゴマ煮 ワカメとツナの酢の物 味噌汁(舞茸 大根 ほうれん草)	☆肉まん ブロッコリー 昆布	○さつまいも、米、片栗粉、白ゴマ、◎小麦粉	鶏ひき肉、木綿豆腐、竹輪、ツナ、◎豚ひき肉	れんこん、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、ワカメ、きゅうり、舞茸、大根、ほうれん草、◎生姜、ブロッコリー、昆布	醤油、塩、料理酒、本みりん、砂糖、穀物酢、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出ししています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

7日(金)
こあら・ぱんだ・きりん・くじら組はお弁当の日になりますので、お弁当の用意をお願いします。

20日(木) クッキング
くじら組が午後補食で食べる
手打ちうどんを作ります。



27日(木) 誕生会メニュー (バイキング)

- ワカメごはん しそひじきごはん
- 角バーグ 鮭とごぼうの揚げ南蛮
- 大根と厚揚げの田楽 白菜のサラダ
- みかん りんご スフレチーズケーキ

