



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)

2018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	木	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏肉のきのこあん じゃが芋の磯和え ワカメと春雨の酢の物 味噌汁	鶏肉 しめじ えのき エリンギ じゃが芋 青海苔 ワカメ 春雨 にんじん キャベツ ＜玉ねぎ 大根＞	さつま芋とごぼうのスティック揚 げ(さつま芋 ごぼう 片栗粉) 小松菜の煮浸し 煮干し
2				2日 節分のつどいメニュー			
	16	金	じゃが芋	ごはん	ししゃもとさつま芋の天ぷら おかか和え 豚肉と大根の煮物 味噌汁	ししゃも さつま芋 小麦粉 卵 キャベツ もやし にんじん 鰹節 豚肉 大根 ＜なめこ 豆腐 ネギ＞	味噌焼きおにぎり(米) かぶの即席漬け するめ
5	19	月	さつま芋	ごはん	キャベツメンチ ブロッコリー添え 刻み昆布の煮物 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 刻み昆布 にんじん さつま揚げ 糸こんにゃく ＜白菜 もやし 油揚げ＞	☆磯辺団子(上新粉 刻み海 苔) スナップえんどう 煮干し
6		火	豆乳 ドリンク	ごはん	☆鮭の塩焼き なめ茸和え ☆肉じゃが 味噌汁	鮭 小松菜 もやし なめ茸 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん 白滝 ＜キャベツ えのき＞	きのこごはん(米 しめじ えの き 干し椎茸 にんじん 油揚 げ) 白菜の煮浸し 昆布
	20			20日 誕生会メニュー			
7	21	水	大根	菜めし	豚肉と厚揚げの味噌炒め かぶの甘酢漬け ☆ポテトサラダ ワカメスープ	豚肉 厚揚げ キャベツ 玉ねぎ にんじん 小松菜 かぶ じゃが芋 にんじん きゅうり ハム マヨネーズ ＜ワカメ ネギ 春雨＞	おにまんじゅう(小麦粉 さつま 芋) ブロッコリー 煮干し
8	22	木	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏ムネ肉の衣揚げ 即席漬け 大根のきんぴら 味噌汁	鶏肉 小麦粉 白菜 かぶ 塩昆布 大根 にんじん さつま揚げ ＜玉ねぎ もやし しめじ＞	焼きびん(米 青海苔 にんじ ん 小麦粉) ほうれん草の煮浸し 昆布
9	23	金	じゃが芋	ごはん	☆れんこんのはさみ焼き こんにゃくのおかか炒め 切干大根サラダ 味噌汁	れんこん 豚ひき肉 玉ねぎ パン粉 こんにゃく 鰹節 切干大根 にんじん ツナ きゅうり マヨネーズ ＜豆腐 油揚げ ワカメ＞	さけたまごはん(米 鮭 卵 ネ ギ) かぶの即席漬け 昆布
	26	月	豆乳 ドリンク	菜めし	☆鶏つくねのおろしソース 野菜のオープン焼き ひじきの煮物 味噌汁	鶏ひき肉 生椎茸 にんじん 卵 大根 じゃが芋 スナップえんどう ひじき にんじん 油揚げ 糸こんにゃく ＜かぶ もやし ワカメ＞	大豆とじゃこのからめ煮(大豆 じゃこ) 小松菜の煮浸し 昆布
13	27	火	じゃが芋	ごはん	☆豚肉の生姜焼き 大豆もやしと小松菜の和え物 さつま芋の甘煮 いわしのつみれ汁(13日クッキング) 味噌汁(27日:大根 油揚げ)	豚肉 玉ねぎ 大豆もやし 小松菜 しめじ ゴマ さつま芋 ＜鰹 片栗粉 大根 にんじん ネギ ごぼう＞	チキンライス(米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン) ブロッコリー するめ
14				14日 お弁当の日			
	28	水	豆乳 ドリンク	ごはん	タラと野菜の煮付け きのこ炒め ☆納豆和え 味噌汁	タラ 大根 ごぼう しめじ エリンギ 玉ねぎ ベーコン 納豆 白菜 小松菜 ＜じゃが芋 玉ねぎ ワカメ＞	☆焼きうどん(豚肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん 鰹節) するめ

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。

2日(金) 節分のつどいメニュー

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)
大根と白菜の梅おかか和え
(大根 白菜 梅干し 鰹節)
☆けんちん汁
(豚肉 里芋 にんじん ごぼう ネギ
こんにゃく しめじ)

花みかん



14日(水) お弁当の用意をお願いします。

13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。

20日(火) 誕生会メニュー

☆ワカメごはん 梅ごはん
☆ハンバーグ(牛豚合びき肉 玉ねぎ 卵 豆乳 パン粉)
鮭の和風から揚げ(鮭 片栗粉)
炒り鶏(鶏肉 にんじん ごぼう 干し椎茸 こんにゃく)
海老とブロッコリーのサラダ
(海老 ブロッコリー キャベツ にんじん 卵 マヨネーズ)
いよかん りんご

おやつ 飾りごはん(米 ウインナー にんじん 海苔)
昆布

