

献立予定表 2月上旬

今月の目標: 三角食べて、バランス良く食べましょう。

2019

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 金	恵方巻、ちらしご飯 鬼さんハムカツ 野菜炒め、チーズ、枝豆 みかん、すまし汁	小麦粉 パン粉	エビっ子、錦糸卵 チーズ、ハム	もやし、人参 ピーマン、焼きのり きゅうり	麦茶 ビスケット	牛乳 甘納豆の 蒸しパン	
2 土	ごはん さんま缶	カニ豆腐 ほうれん草サラダ 鶏つくね パン缶、味噌汁	マヨネーズ	カニふぶき 豆腐 鶏つくね	ほうれん草、キャベツ コーン缶 人参、しいたけ 万能ねぎ	麦茶 ウエハース クッキー	
3 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
4 月	ごはん 醤油昆布	ミートローフ シルバーサラダ 粉ふき芋 黄桃缶、スープ	マヨネーズ 春雨 じゃが芋	豚ひき肉 魚肉ソーセージ	人参、玉ねぎ、コーン缶 グリーンピース レタス、きゅうり 青のり	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
5 火	ごはん いんげん 煮物	チキンカレー マカロニサラダ チキンナゲット りんご、麦茶	マカロニ、じゃが芋 マヨネーズ	若鶏もも皮なし 脱脂粉乳 魚肉ソーセージ チキンナゲット	玉葱、人参、コーン レタス、きゅうり グリーンピース	麦茶 クッキー	麦茶 せんべい
6 水	ごはん コーン煮	さばのみぞれ煮 白菜と人参の中華炒め うずら卵煮物 ミニトマト、味噌汁	ごま油	さば うずら卵水煮缶	白菜、人参 大根 ミニトマト	麦茶 ビスケット	りんご ジュース クッキー
7 木	ごはん ところてん	エビカツ 切干大根煮物 コロコロサラダ バナナ、味噌汁	油 マヨネーズ	エビ、油揚げ かまぼこ	人参、しいたけ 切干し大根 きゅうり、コーン缶	麦茶 クラッカー	麦茶 チーズ
8 金	ごはん 枝豆	ひじき卵焼き ツナと小松菜のスパサラダ ポークビッツ、パン缶 味噌汁、ふりかけ	スパゲティ 油	卵、ツナ ポークビッツ	ひじき、人参、いんげん 小松菜	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
9 土	ごはん かまぼこ	肉団子 わかめの酢の物 生揚げ煮物 みかん缶、スープ		豚ひき 生揚げ豆腐 カニふぶき	もやし、わかめ	麦茶 ウエハース	ゼリー せんべい
10 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
11 月	建国記念日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
12 火	ごはん チーズ	ソーセージパン焼き 温野菜サラダ かぼちゃ甘煮 パン缶、スープ	油、砂糖 パン粉、小麦粉	魚肉ソーセージ 卵	かぼちゃ キャベツ、人参 ブロッコリー	麦茶 クッキー	野菜 ジュース ビスケット
13 水	ごはん 豆腐煮物	カレイの煮つけ 小松菜納豆和え 焼き豚 りんご、味噌汁	油、片栗粉	カレイ、挽きわり納豆 焼き豚	小松菜、キャベツ	麦茶 ビスケット	麦茶 せんべい
14 木	エビピラフ 和風大根サラダ ウィンナー卵ロール ★お誕生会★ ミニゼリー、麦茶		バター	えび かつお節 ウィンナー、卵	人参、玉ねぎ コーン缶 グリーンピース 大根、水菜	麦茶 クラッカー	牛乳 チョコケーキ
15 金	ごはん コーン煮	豚すき煮 トマトレタスサラダ ポテトフライ みかん缶、麦茶	糸こんにゃく 油 ポテトフライ	豚肩ロース 生揚げ豆腐	人参、玉ねぎ、白菜 きゅうり レタス、トマト	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
16 土	ごはん 醤油昆布	春雨の中華炒め チンゲン菜サラダ 肉シューマイ 洋梨缶、すまし汁	春雨、ごま油	豚肩ロース 肉シューマイ 白ごま	人参、玉ねぎ、にら チンゲン菜 きゃべつ、コーン缶	麦茶 ウエハース	ヨーグルト 揚げ菓子

献立予定表 2月下旬

今月の目標: 三角食べて、バランス良く食べましょう。

2019

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ	
17日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
18月※	ごはん ほうれん草 おかか和え	ベーコンシチュー フレンチサラダ ミートボール 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 フレンチドレッシング	ベーコン 脱脂粉乳 ミートボール	キャベツ、人参、玉葱 きゅうり、コーン缶 グリーンピース	麦茶 クッキー	りんご ジュース せんべい	
19火	おにぎり 	けんちん汁 もやしのナムル ウィンナー みかん	ごま油	若鶏もも皮なし 焼き豆腐 すりごま(白) ウィンナー、鮭フレーク	大根、人参、しめじ ねぎ、もやし ほうれん草	麦茶 ビスケット	牛乳 大学いも	
20水	ごはん チーズ	豚かつ ところてんサラダ 枝豆、味のり パイン缶、味噌汁	油 小麦粉、パン粉	豚肩ロース 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり ところてん、味のり	麦茶 クラッカー	麦茶 揚げ菓子	
21木	ごはん いんげん 煮物	赤魚と大根の味噌煮 厚焼き卵 キャベツカニサラダ ミニトマト、スープ	マヨネーズ 砂糖	赤魚、カニふぶき 卵	大根、キャベツ 人参、きゅうり ミニトマト おろし生姜	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう	
22金	ごはん ひじき煮	麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ ミニフランク バナナ、麦茶	マヨネーズ	豚ひき肉 豆腐 ミニフランク	ブロッコリー、人参 ピーマン、しいたけ コーン缶、ねぎ	麦茶 ウェハース	麦茶 クッキー	
23土	ごはん はんぺん煮	鶏肉ケチャップ炒め 白菜ゴマ和え さつまいもミルク煮 洋梨缶、味噌汁	油、砂糖 さつま芋	若鶏もも皮なし 卵豆腐、ちくわ すりごま(白)	人参、玉葱、ピーマン チンゲン菜、白菜	麦茶 クッキー	スポロン せんべい	
24日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。							
25月	ごはん チンゲン菜 ゴマ和え	親子煮 ハムチーズサラダ えびシューマイ みかん、麦茶	マヨネーズ	若鶏もも皮なし 卵、ハム、チーズ えびシューマイ	白菜、人参、玉ねぎ しめじ、ねぎ きゅうり、キャベツ	麦茶 ビスケット	牛乳 揚げ菓子	
26火	ごはん 粉ふき芋	タラの香味焼き 人参と卵の味噌炒め もやしのゆかり和え ミニトマト、味噌汁	油、砂糖、小麦粉	タラ、卵	人参、ピーマン もやし、ゆかり ミニトマト	麦茶 クラッカー	麦茶 わかめ うどん	
27水	ごはん 生揚げ煮	ポークカレー ツナサラダ ミートボール 黄桃缶、麦茶	油、じゃが芋	豚肩ロース、ツナ ミートボール 脱脂粉乳	人参、玉ねぎ、コーン缶 グリーンピース レタス、きゅうり	麦茶 せんべい	ヨーグルト クッキー	
28木	ごはん かぼちゃ 甘煮	メンチカツ 切昆布炒め きゅうりサラダ りんご、すまし汁	油 パン粉、小麦粉 フレンチドレッシング	豚ひき肉 魚肉ソーセージ	玉ねぎ、もやし 切昆布、コーン缶 きゅうり、人参	麦茶 ウェハース	牛乳 ビスケット	
給食室から		<p>* 1日の節分の会は以上児が「恵方巻」、未満児は「ちらしご飯」です。 * 14日のお誕生会は園児全員に「エビピラフ」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児) ※18日は食育の日として「お魚」のお話をします。 * 19日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児) * 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。</p>						



<人気! 給食献立レシピ> ハムチーズサラダ

材料(約4人分)

- ・ハム 4枚 ・チーズ 80g
- ・キャベツ 1/4カット ・きゅうり 1本
- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・しょうゆ 小さじ1

作り方

- ①ハムとチーズをサイコロ状に切る。
- ②きゃべつときゅうりを千切りに切り
きゃべつは、軽く茹で冷ましておく。
- ③ボールに材料を入れ、調味料を混ぜて出来上がり☆

