

献立予定表 2月上旬

今月の目標 : 三角食べをしてバランスよく食べましょう。

2016年

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	
1月	ごはん さつま芋煮	ソーセージパン粉焼き わかめの酢の物 人参の子和え、りんご 味噌汁、ふりかけ	パン粉、小麦粉、油	魚肉ソーセージ 卵、かにふぶき	人参、しいたけ、ねぎ きゅうり、わかめ	緑茶 クッキー	豆乳 せんべい	
2火	ごはん 豆腐煮物	豚肉ピーマンカレー炒め ポテトツナサラダ シュウマイ、黄桃缶 スープ、のり佃煮	じゃが芋、マヨネーズ 片栗粉、ごま油	豚肩ロース、ツナ缶	赤ピーマン、ピーマン 玉葱、人参、レタス きゅうり	麦茶 クラッカー	マミー 揚げ菓子	
3水 ★節分★	恵方巻き(ぞう→エビッコ、きゅうり、錦糸卵) (ひよこ・こりす・うさぎ、きりん→オクラ納豆) ハンバーグ、もやしのコンソメ炒め チーズ、みかん、味噌汁	油	豚ひき肉、チーズ 挽きわり納豆	もやし、玉葱、人参 ピーマン、きゅうり オクラ、焼きのり	緑茶 ビスケット	牛乳 甘納豆 蒸しパン		
4木 ※	ごはん ひじき煮	さめのから揚げ 豚肉キャベツごまサラダ なすの味噌炒め ミニトマト、味噌汁	油、片栗粉、砂糖	さめ、豚肩ロース、ごま	なす、ピーマン、人参 キャベツ、きゅうり	緑茶 クッキー	コーラス ウエハース	
5金	ごはん 里芋煮物	白菜クリーム煮 ミートスパゲティ きゅうりサラダ、かまぼこ パイン缶、麦茶	スパゲティ、油 フレンチドレッシング	豚ひき肉、脱脂粉乳 ベーコン	白菜、玉葱、きゅうり レタス、人参 コーン缶	ぶどう ジュース せんべい	牛乳 かりんとう	
6土	ごはん ソーセージ	鶏肉ケチャップ煮 ラーメンサラダ 卵豆腐、りんご すまし汁、鮭フレーク	ゆで中華めん、油 ごま油	鶏もも肉、ロースハム	玉葱、人参、きゅうり レタス、しめじ グリーンピース	麦茶 ウエハース	オレンジ ジュース ビスケット	
7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。							
8月	ごはん コーンバター	生姜味噌おでん かぼちゃとあずきの甘煮 春雨酢の物、焼き豚 みかん、ふりかけ	春雨、砂糖	ウインナー、はんぺん うずら卵水煮缶 魚肉ソーセージ ゆであずき缶	大根、人参、きゅうり レタス、かぼちゃ	野菜 ジュース クラッカー	牛乳 揚げ菓子	
9火	ごはん さんま缶	メンチカツ 麻婆もやし炒め ブロッコリーサラダ ミニトマト、味噌汁	油、マヨネーズ、ごま油 パン粉、小麦粉	卵、豚ひき肉	もやし、ブロッコリー 玉葱、人参 コーン缶	緑茶 ビスケット	プリン クッキー	
10水	ごはん 枝豆	ツナカレー ほうれん草チーズ和え チキンナゲット、黄桃缶 ところてん、麦茶	じゃが芋	ツナ缶、脱脂粉乳 チーズ	ほうれん草、キャベツ 玉葱、人参、コーン缶 グリーンピース ところてん	麦茶 ウエハース	りんご ジュース クラッカー	
11木	建 国 記 念 の 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金	ごはん 粉ふき芋	豚汁、鶏つくね ビーフン野菜ソテー チンゲン菜ごま和え パイン缶、エビッコ	ビーフン、糸こんにゃく 油、ごま油	豚バラ肉、焼き豆腐 ごま	玉葱、白菜、キャベツ 人参、チンゲン菜、ねぎ しめじ、ピーマン しいたけ	りんご ジュース せんべい	牛乳 豆腐 ドーナツ	
13土	ごはん さつま揚げ煮	トマトの卵炒め 小松菜スパゲティ もやしゆかり和え、りんご 味噌汁、味付けのり	マヨネーズ、油 スパゲティ	卵、ベーコン	トマト、グリーンピース 小松菜、もやし 人参	麦茶 ビスケット	スポロン クッキー	
14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。							
15月	ごはん いんげん ソテー	ハヤシライス フレンチサラダ 生揚げ煮物、みかん ウインナー、麦茶	じゃが芋 フレンチドレッシング	ウインナー 豚肩ロース 脱脂粉乳、生揚げ	キャベツ、人参、玉葱 きゅうり、グリーンピース	ヤクルト クラッカー	オレンジ ジュース 揚げ菓子	
給食室から		*3日の節分は白ご飯を持たせるようお願いいたします。(3歳以上児) ※4日は食育の日として「三角食べをしてバランスよく食べましょう」の話をします。 ※三角食べとは・・・ご飯、おかず、汁物を順序良くたべると、お箸が三角形に動くことから「三角食べ」とよばれています。好きな物だけを食べるのではなく、食事をバランス良く食べられる方法だと言われています。 *緑色の給食の文字は新メニューの献立です。 *オレンジ色のおやつの文字は手作りおやつの日です。 *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。						

献立予定表 2月下旬

今月の目標 : 三角食べをしてバランスよく食べましょう。

2016年

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	
16 火	ごはん きゅうり漬け	鮭のちゃんちゃん焼き パンブキンサラダ ミートボール、キウイ すまし汁、ふりかけ	油、砂糖、マヨネーズ	さけ、バター、ベーコン	キャベツ、玉葱、人参 かぼちゃ	麦茶 ウエハース	牛乳 サンドイッチ	
17 水	おにぎり 	チキンカツタルタルソース ほうれん草春雨炒め オクラコーン和え ミニゼリー、スープ	油、パン粉、小麦粉 春雨、ごま油 マヨネーズ	卵、鶏肉、ロースハム	ほうれん草、人参 玉葱、オクラ、コーン缶 パセリ粉	オレンジ ジュース せんべい	コーラス チョコ ケーキ	
★お誕生会★ 18 木	ごはん ブロッコリー おかか和え	いとこ煮 ごぼうサラダ ポークビッツ、りんご 大根煮物、麦茶	マヨネーズ、ごま油	卵、豚肩ロース ごま、ポークビッツ	白菜、玉葱、人参 ごぼう、きゅうり、ねぎ 大根	ぶどう ジュース クッキー	牛乳 かりんとう	
19 金	ごはん ちくわ煮	小松菜ハンバーグ さつま芋リンゴサラダ きゅうり昆布和え、みかん チーズ納豆、味噌汁	さつま芋、マヨネーズ 油、砂糖、パン粉	豚ひき肉、かにふぶき 挽きわり納豆 チーズ	きゅうり、りんご 小松菜、塩こんぶ 人参、玉葱	緑茶 ビスケット	豆乳 クラッカー	
20 土	ごはん コーンバター	肉じゃが もやしとクラゲの酢の物 はんぺん煮物、黄桃缶 すまし汁、味付けのり	じゃが芋、糸こんにゃく ごま油	鶏肉、クラゲ(塩抜き) はんぺん	もやし、玉葱、きゅうり 人参、グリーンピース	麦茶 せんべい	野菜 ジュース 揚げ菓子	
21 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。							
22 月	ごはん 切干し大根 煮物	麻婆豆腐 ところてんサラダ ソーセージソテー 枝豆、パイン、麦茶	マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐 魚肉ソーセージ 豚ひき肉、ごま	ところてん、きゅうり ピーマン、しいたけ 人参、ねぎ	りんご ジュース ウエハース	牛乳 クッキー	
23 火	ごはん 昆布煮	長芋と豚肉の炒め チンゲン菜ハムサラダ うずら卵煮物 黄桃缶、味噌汁	長芋、糸こんにゃく マヨネーズ、油	うずら卵水煮缶 豚バラ肉、ロースハム	キャベツ、玉葱 チンゲン菜、人参、ねぎ	緑茶 せんべい	みそ ラーメン	
24 水	ごはん 粉ふき芋	イタリオンオムレツ レンコンきんぴら 焼き豚、キウイ スープ、エビッコ	油、糸こんにゃく	卵、ごま ピザ用チーズ	トマト、玉葱、パセリ粉 人参、しいたけ	麦茶 クラッカー	スポロン ビスケット	
25 木	ごはん チーズ	カレイのから揚げ もやしニラナムル シルバーサラダ、味噌汁 ミニトマト、オクラ納豆	油、片栗粉 春雨、マヨネーズ	カレイ、ロースハム 挽きわり納豆、ごま	もやし、ニラ、人参 きゅうり、レタス オクラ	ぶどう ジュース クッキー	牛乳 揚げ菓子	
26 金	ごはん かまぼこ	鶏肉の野菜あんかけ きゅうりツナ和え ひじきの煮物、りんご ふりかけ、味噌汁	糸こんにゃく、片栗粉 ごま油	鶏肉、ツナ缶 さつま揚げ	きゅうり、人参、玉葱 赤ピーマン、ピーマン しいたけ、ひじき	野菜 ジュース せんべい	マミー クラッカー	
27 土	ごはん 生揚げ煮	エビカレー マカロニサラダ 小松菜カニ和え、みかん ミニフランク、麦茶	じゃが芋、マカロニ マヨネーズ	ミニフランク、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ かにふぶき	玉葱、キャベツ、人参 小松菜、きゅうり レタス、コーン	ヤクルト ビスケット	オレンジ ジュース クッキー	
28 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。							
29 月	ごはん 鮭缶	肉豆腐 きのこスパゲティ レタスサラダ ミニトマト、味噌汁	スパゲティ、片栗粉 フレンチドレッシング 油	木綿豆腐、豚肩ロース ツナ缶	玉葱、人参、ニラ しめじ、えのきたけ レタス、きゅうり	麦茶 ウエハース	牛乳 せんべい	
給食室から		* 17日のお誕生会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) * 緑色の給食の文字は新メニューの献立です。 * オレンジ色のおやつの文字は手作りおやつの日です。 * 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。						

