

# 献立予定表 2月上旬

決	園長	主任保育士	担当者
裁			

今月の目標 : 三角食べをしてバランスよく食べましょう。

2017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 水	ごはん ちくわ煮	ポークカレー、パイン缶 ソーセージソテー エビシユマイ、麦茶 フレンチサラダ	じゃが芋 フレンチドレッシング	豚肩ロース 魚肉ソーセージ 脱脂粉乳	キャベツ、パイン缶 玉葱、人参、きゅうり コーン缶、グリーンピース	麦茶 クッキー	いちごみるく せんべい
2 木	ごはん いんげん 煮物	豚肉のしょうが焼き ツナポテトサラダ かまぼこ、みかん缶 スープ	じゃが芋、マヨネーズ、 油	豚肩ロース、かまぼこ ツナ缶	玉葱、みかん缶 小松菜、レタス きゅうり、人参	緑茶 ビスケット	マミー ウエハース
3 金	ごはん チーズ	豚汁、枝豆、ミニフランク 恵方巻き (胡瓜、エビっこ、錦糸 卵) ミニゼリー	油	ミニフランク、豚バラ肉 錦糸卵、白みそ 焼豆腐、エビッコ いりごま(白)	白菜、玉葱、キャベツ きゅうり一本漬 えだまめ、人参 焼きのり	ヤクルト クラッカー	牛乳 甘納豆 うまい棒
4 土	ごはん ミートボール	生揚げ豚挽肉味噌炒め ほうれん草春雨和え 大根煮物、すまし汁 黄桃缶	春雨、ごま油	絹生揚げ、豚ひき肉 はんぺん 魚肉ソーセージ 白みそ	大根、黄桃缶、キャベツ 玉葱、ほうれん草 人参、しいたけ 生わかめ、万能葱	麦茶 ビスケット	スポロン 揚げ菓子
5 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。						
6 月	ごはん 豆腐煮物	コーンシチュー 小松菜ツナ和え さつま揚げ煮、チーズ パイン缶、麦茶	じゃが芋	さつま揚げ、チーズ 脱脂粉乳、ベーコン ツナ缶	キャベツ、パイン缶 玉葱、小松菜 コーン缶、人参	麦茶 ウエハース	野菜 ジュース クッキー
7 火	ごはん かまぼこ	鶏肉のチーズ焼き シルバーサラダ、味噌汁 うずら卵カレー煮 オクラ納豆、黄桃缶	マヨネーズ、春雨	若鶏もも皮なし、白みそ 絹ごし豆腐、うずら卵缶 挽きわり納豆、チーズ 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり、オクラ なめこ	ぶどう ジュース ビスケット	ゼリー クラッカー
8 水	ごはん 枝豆	いとこ煮 ほうれん草ごま和え かぼちゃ甘煮、ミニマト ところてん、スープ	砂糖	卵、豚肩ロース 焼き豆腐 すりごま(白)	かぼちゃ、白菜、玉葱 キャベツ、みかん缶 ところてん、ほうれん草 人参、生わかめ、ねぎ	麦茶 クラッカー	牛乳 ミニパン
9 木	ごはん ミートボール	麻婆春雨 きゅうり昆布和え ウインナー、味噌汁 パイン缶	春雨	白みそ、かにふぶき 皮なしウインナー	パイン缶、キャベツ きゅうり、人参 しいたけ、塩こんぶ	緑茶 クッキー	コーラス ビスケット
10 金	えびピラフ ハンバーグ 野菜サラダ、ミニゼリー コーンスープ	米、マヨネーズ、油	卵、バター、ちくわ	卵、バター、ちくわ	クリームコーン缶、玉葱 トマト、コーン缶、レタス	麦茶 ウエハース	牛乳 ケーキ
★お誕生会★							
11 土	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 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。						
13 月	ごはん ちくわ煮	肉じゃが ブロッコリーツナ和え 卵豆腐、みかん缶 味噌汁	じゃが芋 結び糸こんにゃく	卵豆腐、若鶏もも皮なし 白みそ、ツナ缶	みかん缶、キャベツ ブロッコリー、玉葱 人参 グリーンピース	スポロン ビスケット	マミー 揚げ菓子
14 火	ごはん 鮭缶	けんちん汁、鶏つくね ポテトフライ、ふりかけ もやしゆかり和え パイン缶	結び糸こんにゃく じゃが芋、油	鶏つくね 鶏もも肉、木綿豆腐	大根、もやし、パイン缶 人参、しいたけ	緑茶 クッキー	りんご ジュース クラッカー
15 水	ごはん 醤油昆布	さめの煮つけ、 ほうれん草ナムル 長芋オクラ酢の物 黄桃缶、スープ	長芋、ごま油	さめ(骨なし)、焼き豚 すりごま(白) かつお節	黄桃缶、もやし ほうれん草、人参 オクラ、ふのり(素干) 万能葱	野菜 ジュース ウエハース	豆乳 せんべい
給食室から	※24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」についての話をします。 * 10日のお誕生会は園児全員に「えびピラフ」を提供しますので、ご飯の持参は必要ありません。(3歳以上児) * 21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。						

# 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。

2017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 木	ごはん はんぺん 煮物	白菜中華炒め ひじきの煮物、チーズ みかん缶、味噌汁	結び糸こんにゃく ごま油、片栗粉	絹ごし豆腐、白みそ 豚肩ロース、はんぺん うずら卵水煮缶 さつま揚げ	白菜、みかん缶、玉葱 人参、しめじ、なめこ ピーマン、しいたけ ひじき	麦茶 クラッカー	牛乳 クッキー
17 金	ごはん かまぼこ	エビカレー、 大根サラダ、枝豆 ミートボール、パイン缶 麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	ツナ缶、脱脂粉乳	大根、パイン缶、玉葱 きゅうり、えだまめ 人参、コーン缶 グリーンピース	緑茶 クッキー	コーラス ビスケット
18 土	ごはん 卵豆腐	鶏肉のケチャップ煮 ごぼうサラダ コーンとオクラ和え物 黄桃缶、スープ	マヨネーズ、春雨	若鶏もも皮なし すりごま(白)、かまぼこ	黄桃缶、玉葱、万能葱 細切りごぼう、オクラ コーン缶、人参 きゅうり、しめじ	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
19 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。						
20 月	ごはん チーズ	麻婆豆腐 わかめの酢の物 大根煮物、フライドポテト ミニトマト、麦茶	じゃが芋、油、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 かにふぶき	大根、ミニトマト きゅうり 人参 ピーマン、しいたけ 生わかめ、ねぎ	ヤクルト クラッカー	マミー 揚げ菓子
21 火	おにぎり 	クリームコロッケ マカロニサラダ ウインナー、みかん缶 味噌汁	ミックスマカロニ マヨネーズ	皮なしウインナー 白みそ 魚肉ソーセージ	みかん缶、レタス きゅうり、えのきたけ 万能葱、人参 いんげん	麦茶 クッキー	牛乳 クラッカー
22 水	ごはん 枝豆	白菜クリーム煮、麦茶 さつま揚げ煮、黄桃缶 もずくときゅうりの酢物 ツナスパサラダ	サラスパ、ごま油	さつま揚げ、ツナ缶 ベーコン、脱脂粉乳 かにふぶき	白菜、黄桃缶 きゅうり 玉葱、しめじ もずく、人参、オクラ コーン缶	緑茶 ウエハース	ぶどう ジュース ビスケット
23 木	ごはん かぼちゃ 甘煮	さばの味噌煮 切干し大根煮物 鶏つくね パイン缶 のり佃煮、かき玉汁	油、片栗粉、砂糖	さば切り身(骨なし) 卵、白みそ、さつま揚げ	パイン缶、のり佃煮 切干し大根、ねぎ しいたけ、人参	スポン クッキー	コーラス ドーナツ
24 金	ごはん 里芋煮物	豚肉と人参の炒り煮 小松菜納豆和え ポークビッツ、みかん缶 味噌汁、ふりかけ	結び糸こんにゃく、油	ポークビッツ 白みそ、挽きわり納豆	みかん缶、キャベツ 人参、小松菜、万能葱 ふのり(素干)、あおのり	麦茶 クラッカー	マミー せんべい
25 土	ごはん ミートボール	鶏肉と切り昆布煮物 小松菜ツナ和え うずら卵煮物、ミニトマト 味噌汁	油	うずら卵水煮缶 鶏肉(胸皮なし)、白みそ ツナ缶	白菜、キャベツ、もやし ミニトマト、人参 切り昆布、玉葱 小松菜	麦茶 クッキー	スポン ビスケット
26 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。						
27 月	ごはん 粉ふき芋	豚肉の野菜炒め ところてんサラダ かまぼこ、みかん缶 味噌汁	油、ごま油	豚バラ肉、かまぼこ 白みそ 魚肉ソーセージ	ところてん、みかん缶 玉葱、ほうれん草 レタス、きゅうり、人参 あおのり	ぶどう ジュース ビスケット	牛乳 揚げ菓子
28 火	ごはん 豆腐煮物	ハヤシライス シルバーサラダ ウインナー、枝豆 パイン缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ 春雨	皮なしウインナー 豚肩ロース、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	パイン缶、玉葱 えだまめ、レタス きゅうり、人参 グリーンピース	緑茶 クラッカー	ゼリー せんべい

## ☆節分の豆知識☆

今月は節分があります。季節の変わり目(立春)の前に鬼が現れるという言い伝えから、豆をまいてその鬼を退治したとされています。また、いわしを焼いた臭いは鬼が嫌って近寄らないとされています。日本の年中行事や旬の食材を意識して、冬は寒さで甘みが増した野菜などを上手に使用し、寒さが一段と厳しいこの季節は風邪などを寄せつけない給食作りをしていきたいと思ひます。

