

献立予定表 2月上旬

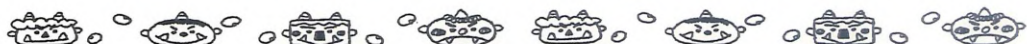
今月の目標: 三角食べて、バランス良く上手に食べましょう!

2025

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
1 土	ごはん 大根煮物	ツナじゃが、ふりかけ わかめの酢の物 ポークビッツ、みかん缶 味噌汁(えのき茸、油揚げ)	じゃが芋 糸こんにゃく	ツナ缶 ポークビッツ 油揚げ	玉葱、人参、もやし きゅうり、わかめ グリーンピース、ふりかけ えのき茸、みかん缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
2 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
3 月	ちらしご飯 ハムカツ ほうれん草サラダ ★節分★ ミニゼリー、スープ(玉葱、人参)		パン粉、小麦粉 マヨネーズ 油	鮭フレーク、錦糸卵 魚肉ソーセージ ハム	きゅうり、きざみのり ほうれん草、キャベツ 玉葱、人参 コーン缶、ミニゼリー	麦茶 ウエハース	牛乳 鬼さん シュークリーム
4 火	ごはん チンゲン菜 おかか和え	ポークカレー サラダうどん チキンナゲット バナナ、麦茶	油、じゃが芋 うどん 和風ドレッシング	豚肩ロース チキンナゲット 脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 グリーンピース レタス、きゅうり バナナ	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
5 水	ごはん さんま缶	れんこんバーグ 切干し大根煮物 もやしのり和え、パイン缶 味噌汁(豆腐、油揚げ)	パン粉 油	豚ひき肉 油揚げ 豆腐	れんこん、玉葱、人参 切干大根、しいたけ きゅうり、きざみのり もやし、パイン缶	麦茶 クラッカー	麦茶 揚げ菓子
6 木	ごはん ところてん 🍷食育🍷	赤魚の竜田揚げ さつま芋甘露煮、洋梨缶 ハムチーズサラダ 味噌汁(大根、なめこ)	マヨネーズ 砂糖、油 さつま芋、片栗粉	赤魚 ハム チーズ	キャベツ、きゅうり 生姜 大根、なめこ 洋梨缶	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
7 金	ごはん コーン煮	豚すき煮 トマトレタスサラダ ミートボール りんご、麦茶	糸こんにゃく 和風ドレッシング	豚肩ロース 生揚げ ミートボール	人参、玉葱、白菜 レタス、トマト きゅうり、りんご	麦茶 クッキー	牛乳 ウエハース
8 土	ごはん 豆腐煮物	チンジャオロースー ブロッコリーごまサラダ、黄桃缶 アンパンマンポテト すまし汁(卵、わかめ)	ごまドレッシング アンパンマンポテト ごま油	豚肩ロース 卵	ピーマン、赤ピーマン もやし、人参、わかめ ブロッコリー、コーン缶 黄桃缶	麦茶 ビスケット	ヤクルト せんべい
9 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
10 月	ごはん 醤油昆布	白身魚フライのタルタルソースかけ ひじきの煮物 レタスサラダ、みかん缶 味噌汁(豆腐、しめじ)	小麦粉、パン粉 マヨネーズ、油 糸こんにゃく	白身魚 油揚げ 豆腐	ひじき、人参 しいたけ、レタス きゅうり、コーン缶 しめじ、みかん缶	麦茶 クラッカー	麦茶 クッキー
11 火	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
12 水	ごはん 切干大根 煮物	麻婆豆腐 チキンナゲット シルバーサラダ バナナ、麦茶	ごま油 マヨネーズ 春雨	豚ひき肉 豆腐、 チキンナゲット 魚肉ソーセージ	きゅうり、レタス 人参、ピーマン しいたけ、長葱 バナナ	麦茶 せんべい	ヨーグルト バウムクーヘン
13 木	おにぎり 	鶏ごぼう汁 白菜とちくわのごま和え ウインナー パイン缶	砂糖	若鶏もも皮なし 焼き豆腐、ちくわ ウインナー ごま	ごぼう、人参、しめじ 大根、長葱 白菜 パイン缶	麦茶 クッキー	マスカット ジュース 揚げ菓子
14 金	醤油ラーメン 春巻き 小松菜ごまサラダ みかん		茹で中華麺 春巻きの皮 ごまドレッシング	なると 豚肩ロース 豚ひき肉 卵	長葱、たけのこ 小松菜、キャベツ わかめ、コーン缶 みかん	麦茶 ビスケット	牛乳 ココア チーズケーキ
15 土	ごはん 白菜 おかか和え	メンチカツ 切り昆布煮物、ミニトマト パンプキンサラダ スープ(人参、玉葱)	小麦粉、パン粉、油 砂糖、マヨネーズ	豚ひき肉 ベーコン	切り昆布、もやし かぼちゃ、人参 玉葱、ミニトマト	麦茶 ウエハース	麦茶 ビスケット
16 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						

〈給食室から〉 * 3日の節分集会で以上児は、自分の持参のご飯で「ちらしご飯」を食べますので、白ご飯を忘れずをお願いします!!



献立予定表 2月下旬

今月の目標:三角食べて、バランス良く上手に食べましょう!

2025

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		
17月	ごはん いんげん 煮物	イタリアンオムレツ オクラツナスパサラダ 洋梨缶、鮭フレーク スープ(人参、もやし)	サラスパ 和風ドレッシング	卵、ツナ缶 鮭フレーク ピザ用チーズ	トマト、パセリ粉 オクラ、しめじ、人参 もやし、洋梨缶	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
18火	ごはん 小松菜 のり和え	クリームシチュー とろろてんサラダ 鶏肉団子のケチャップ煮 バナナ、麦茶	じゃが芋 ごま油	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ 脱脂粉乳 鶏肉団子	人参、玉葱、とろろてん レタス、きゅうり グリーンピース、コーン缶 バナナ	麦茶 クラッカー	ゼリー せんべい
19水	ごはん かまぼこ	鶏肉の唐揚げ レタスカニサラダ 大根の煮物、みかん缶 味噌汁(豆腐、なめこ)	油、マヨネーズ 片栗粉	若鶏もも皮なし カニふぶき 豆腐	レタス、きゅうり 大根、なめこ みかん缶	麦茶 せんべい	麦茶 ウエハース
20木	ごはん コーン 煮物	さばの味噌煮 キャベツ鶏ささみサラダ うずら卵煮、りんご すまし汁(玉葱、わかめ)	和風ドレッシング	さば 鶏ささみ うずら卵水煮	キャベツ、人参 きゅうり、玉葱 わかめ、りんご 生姜	麦茶 クッキー	牛乳 ビスケット
21金	ごはん ひじき 煮物	豚汁 もやしニラ納豆和え ミニフランク チーズ、オレンジ	油	豚バラ肉、焼き豆腐 ごま、ミニフランク ひきわり納豆、チーズ	白菜、人参、玉葱 しめじ、長葱 もやし、ニラ オレンジ	麦茶 ウエハース	麦茶 お好み焼き
22土	ごはん 鮭缶	麻婆春雨 エビシウマイ ポテトサラダ、黄桃缶 味噌汁(白菜、油揚げ)	春雨 じゃが芋 マヨネーズ	豚ひき肉、油揚げ 魚肉ソーセージ エビシウマイ	人参、コーン缶 しいたけ、きゅうり 白菜、黄桃缶	麦茶 ビスケット	麦茶 揚げ菓子
23日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
24月	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
25火	ごはん かぼちゃ 煮物	ハンバーグ もやし中華和え 生揚げ煮物、パイン缶 すまし汁(ふのり、万能葱)	パン粉、小麦粉、油	豚ひき肉 生揚げ	もやし、きゅうり 人参、ふのり 万能葱、パイン缶	麦茶 クラッカー	ヨーグルト クッキー
26水	ごはん チーズ	ハヤシライス ラーメンサラダ ミートボール バナナ、麦茶	じゃが芋 茹で中華麺 ごまドレッシング	豚肩ロース 脱脂粉乳 ミートボール 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり 玉葱、グリーンピース 人参、バナナ	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
27木	ごはん 醤油昆布	カニ豆腐 さつま芋ミルク煮、洋梨缶 ブロッコリーサラダ スープ(大根、えのき茸)	ごま油 砂糖、マヨネーズ 片栗粉 さつま芋	カニふぶき 豆腐、牛乳	ブロッコリー コーン缶、大根 人参、しいたけ、えのき茸 万能葱、洋梨缶	麦茶 クッキー	麦茶 ウエハース
28金	ごはん 粉ふき芋	いとこ煮 フレンチサラダ ポークビッツ みかん、麦茶	フレンチドレッシング	豚肩ロース、卵 焼き豆腐 ポークビッツ	白菜、玉葱、人参 長葱、きゅうり キャベツ みかん	麦茶 ウエハース	プリン せんべい

＜給食室から＞



♥6日は、食育の日として「腸について」のお話をします。
 *13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)
 *14日のお誕生会は、園児全員に「醤油ラーメン」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)
 ★今月の新メニューは、6日(木)「赤魚の竜田揚げ」です。

人気おやつレシピ

今回は、子供達に人気のある「バナナパウンドケーキ」のレシピを紹介したいと思います！ぜひ時間がある時に、お家の方でも作って見て下さい。

＜材料＞
 (パウンド型・1本分) ・薄力粉 100g ・バナナ 150g ・牛乳 60ml ・ベーキングパウダー 5g
 ・砂糖 40g ・バター 30g

＜作り方＞

- ①ボウルにバナナを入れ、少し身が残る程度につぶします。
- ②砂糖、牛乳を順に加え、その都度混ぜ合わせます。
- ③薄力粉、ベーキングパウダーをふるい入れ、混ぜ合わせます。
- ④溶かしバターを加え、混ぜます。
- ⑤クッキングシートを敷いたパウンド型に生地を流し入れ、170度のオーブンで30分焼きます。
- ⑥冷めたら、切り分けて完成です。

