

献立予定表 2月上旬

今月の目標 : ごはん、おかず、汁物をバランスよく食べましょう。

2018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 木	ごはん はんぺん煮	ミニオムレツ オクラツナスパサラダ ひじきの煮物 黄桃缶、スープ	サラスパ、油	卵、豚ひき肉 ツナ缶	人参、玉葱、しめじ オクラ、ひじき しいたけ	麦茶 ビスケット	ゼリー 揚げ菓子	
2 金 ※ ★節分の会★	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) ミニフランク、もやしのコンソメ炒め ポテトフライ、みかん、味噌汁		油、じゃが芋	ミニフランク	もやし、人参、ピーマン 玉ねぎ	麦茶 クラッカー	牛乳 甘納豆 蒸しパン	
3 土	ごはん かまぼこ	麻婆春雨 かぶの和え物 チキンナゲット、パイン缶 鮭フレーク、味噌汁	春雨、油	豚ひき肉	かぶ、人参、きゅうり しいたけ	麦茶 クッキー	ぶどう ジュース ウエハース	
4 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。							
5 月	ごはん 豆腐煮物	ソーセージパン粉焼き コロコロサラダ、ふりかけ さつま芋ミルク煮 みかん、味噌汁	パン粉、小麦粉 マヨネーズ、油 さつま芋	魚肉ソーセージ 板かまぼこ	きゅうり、玉葱、人参 コーン缶	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう	
6 火	ごはん さんま缶	鶏ひき肉のごま味噌焼き チンゲン菜ツナ和え 切り昆布炒め煮 洋梨缶、スープ	パン粉、油	鶏ひき肉、ツナ缶 いりごま(白)	ピーマン、人参、玉葱 もやし、切り昆布 チンゲン菜	麦茶 せんべい	りんご ジュース クラッカー	
7 水	ごはん いんげん 煮物	エビカレー キャベツのカニ和え チーズ、生揚げ煮物 黄桃缶、麦茶	じゃが芋、油	エビ、脱脂粉乳 チーズ、生揚げ カニふぶき	玉葱、キャベツ、人参 コーン缶、きゅうり グリーンピース	野菜 ジュース ウエハース	マミー 揚げ菓子	
8 木	ごはん 大根煮物	赤魚の煮つけ もやしのゆかり和え ポテトサラダ、パイン缶 のり佃煮、すまし汁	じゃが芋、マヨネーズ	赤魚 魚肉ソーセージ	きゅうり、人参、もやし コーン缶	麦茶 クッキー	牛乳 りんごの ホットケーキ	
9 金	ごはん ほうれん草 のり和え	いとこ煮、ミニトマト れんこんきんぴら パンプキンサラダ ミートボール、麦茶	マヨネーズ、砂糖	卵、豚肩ロース 焼き豆腐	白菜、れんこん、玉葱 人参、きゅうり、ねぎ かぼちゃ	オレンジ ジュース クラッカー	コーラス ビスケット	
10 土	ごはん コーン煮	鶏肉の照り焼き とろろてんサラダ かまぼこ、ミニゼリー 味噌汁	油	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ かまぼこ	しめじ、玉葱、レタス きゅうり、とろろてん	麦茶 ウエハース	ヨーグルト せんべい	
11 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 月	振替休日 * 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 火	ごはん ちくわ煮	コーンシチュー ほうれん草春雨和え ウインナー、枝豆 パイン缶、麦茶	春雨、油	ベーコン、ウインナー 脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	コーン缶、玉葱、人参 ほうれん草 グリーンピース	ヤクルト クッキー	りんご ジュース クラッカー	
14 水	おにぎり 	タラ汁 もやしニラ納豆和え ソーセージケチャップ煮 うずら卵煮物、みかん	じゃが芋、パン粉 油	タラ、絹ごし豆腐 挽きわり納豆 うずら卵水煮缶 魚肉ソーセージ	もやし、ニラ、人参 しめじ、玉葱	麦茶 ビスケット	牛乳 大学芋	
15 木	ごはん チーズ	煮込みハンバーグ 切干し大根煮物 きゅうりサラダ ミニトマト、味噌汁	油	豚ひき肉	切干し大根、しいたけ 人参、しめじ、玉葱	麦茶 ウエハース	マミー 揚げ菓子	
給食室から		※2日は食育の日として「豆の栄養について」についての話をします。 * 2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) * 14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)						



献立予定表 2月下旬

今月の目標 : ごはん、おかず、汁物をバランスよく食べましょう。

2018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 金	ごはん ところてん	麻婆豆腐、りんご ごぼうサラダ かぼちゃ甘煮 シュウマイ、麦茶	マヨネーズ、砂糖	絹ごし豆腐、豚ひき肉 すりごま(白)、バター	人参、ピーマン、ごぼう きゅうり、かぼちゃ	ぶどう ジュース クラッカー	牛乳 かりんとう
17 土	ごはん 鮭缶	なすピーマン味噌炒め マカロニサラダ 焼き豚、黄桃缶 すまし汁	油、マカロニ マヨネーズ	魚肉ソーセージ 焼き豚、豚ひき肉	なす、ピーマン、人参 レタス、きゅうり、玉葱	麦茶 クッキー	野菜 ジュース せんべい
18 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。						
19 月	ごはん ひじき煮	ハヤシライス 小松菜サラダ 鶏つくね、卵豆腐 洋梨缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 鶏ひき肉 魚肉ソーセージ	キャベツ、玉葱、人参 小松菜、コーン缶 グリーンピース	オレンジ ジュース ビスケット	コーラス クラッカー
20 火	★お誕生会★ ジャージャー麺 鶏ささみフライ、かまぼこ ブロッコリーサラダ ミニゼリー、麦茶	茹で中華麺 片栗粉、ごま油 小麦粉	豚ひき肉、かまぼこ 鶏ささ身	しいたけ、人参 ブロッコリー、コーン缶	麦茶 クッキー	牛乳 チョコ ケーキ	
21 水	ごはん ソーセージ	カニ卵焼き 豚肉と人参の炒り煮 長芋オクラサラダ みかん、味噌汁	油、長芋	カニふぶき、卵 豚肩ロース	人参、あおのり オクラ、玉葱	麦茶 ウエハース	豆乳 揚げ菓子
22 木	ごはん いんげん 煮物	ツナカレー ほうれん草サラダ チキンナゲット、チーズ りんご、麦茶	マヨネーズ	ツナ缶、チーズ 魚肉ソーセージ	玉葱、人参、コーン缶 ほうれん草 グリーンピース	ぶどう ジュース クラッカー	マミー ビスケット
23 金	ごはん 醤油昆布	イカリングフライ シルバーサラダ もやしとニラのナムル パイン缶、すまし汁	マヨネーズ、ごま油 パン粉、小麦粉、油 春雨	イカ、すりごま(白) 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり 人参、もやし、ニラ	麦茶 クッキー	いちごプリン
24 土	ごはん 生揚げ煮	肉じゃが わかめ酢の物 ポークピッツ、黄桃缶 味噌汁、鮭フレーク	じゃが芋、糸こんにゃく ごま油	若鶏もも皮なし はんぺん	人参、玉葱、きゅうり わかめ、グリーンピース キャベツ	麦茶 ウエハース	スポロン せんべい
25 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。						
26 月	ごはん 枝豆	豚汁、ふりかけ さばの塩焼き ラーメンサラダ うずら卵煮物、みかん	茹で中華麺、ごま油	さば、豚バラ肉 焼き豆腐 いりごま(白) 魚肉ソーセージ	白菜、玉葱、人参 きゅうり、レタス、しめじ	麦茶 クラッカー	りんご ジュース ビスケット
27 火	ごはん チンゲン菜 おかか和え	パンプキンシチュー れんこんサラダ ミートボール、大根煮物 ミニトマト、麦茶	マヨネーズ、じゃが芋	ベーコン、脱脂粉乳	人参、玉葱、コーン缶 れんこん、きゅうり かぼちゃ、大根	野菜 ジュース クッキー	牛乳 かりんとう
28 水	ごはん コーン煮	鶏肉ケチャップ煮 もやしのごま和え はんぺん煮物 洋梨缶、スープ	茹でうどん、油	若鶏もも皮なし すりごま(白)	もやし、きゅうり、人参 玉ねぎ、ピーマン	麦茶 せんべい	オレンジ ジュース 揚げ菓子
給食室から * 20日のお誕生会は園児全員に「ジャージャー麺」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) * 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。							
給食献立 レシピ (約4人分) 鶏ひき肉のごま味噌焼き(鶏ひき肉300g、ピーマン2個、人参1/2本、玉葱1/2個、パン粉40g、味噌大さじ2、サラダ油少々、いりごま(白)少々) ①ピーマン、人参、玉葱をみじん切りにする。 ②ボウルに、鶏ひき肉、ピーマン、人参、玉葱を入れて、ねばりが出るまで混ぜてから、パン粉、味噌も混ぜる。 ③フライパンかオーブンの鉄板に油をしき、鶏ひき肉が平らになるようにのばし、いりごまを振りかける。 ④火が通るまで焼いたら、できあがり☆							

