

2023年02月 献立表 おそき保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3歳未満児 午前おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3歳未満児 午前おやつ
				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						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	水	ごはん さばのゆかりあげ ささみりいごぼうサラダ バナナ じゃがいもとあぶらあげのみそしる	ジョア にゅうめん	米、じゃがいも、干しそうめん、マヨネーズ、油、片栗粉、小麦粉、すりごま(白)	さば、鶏ささみ、米みそ(甘みそ)、油揚げ バナナ、ごぼう、にんじん、こまつな、きゅうり、しめじ、しょうが			17	金	むぎいりごはん みそやさいいため かぼちゃのあまに むらくもじる	ぎゅうにゅう りんご	米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、三温糖、油 牛乳、豚こま肉、卵、バーム、米みそ(甘みそ)	牛乳、豚こま肉、卵、バーム、米みそ(甘みそ)	りんご、かぼちゃ、キャベツ、もやし、こまつな、たまねぎ、にんじん、ビーマン	
2	木	せきはん そぼろいりあつやきたまご ほうれんそうのごまあえ おふとみつばのすましる ゼリー	ぎゅうにゅう かぼちゃクリームパン	もち米、三温糖、油、小町麩、黒すりごま	牛乳、卵、鶏ひき肉、ささげ(乾)	トマト、ほうれんそう、にんじん、糸こんにゃく、ねぎ、みつば、えのきたり、生わかめ、干しあじつけ		18	土	ぶたにくとはくさいのちゅうかどん さつまいもサラダ こまつなどあつあげのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう バナナ	米、さつまいも、食パン、マヨネーズ、片栗粉、油、三温糖 牛乳、豚こま肉、生揚げ、つぶしあん、米みそ(甘みそ)、ハム、バター	牛乳、豚こま肉、生揚げ、つぶしあん、米みそ(甘みそ)、ハム、バター	バナナ、はくさい、こまつな、きゅうり、にんじん、しめじ、コーン缶	
3	金	※おにさんごはん ※いわしハンバーグ ※ひじきまめ なめこのみそしる いちご	ぎゅうにゅう じゃがハムのマヨネーズパイ	米、じゃがいも、マヨネーズ、三温糖、パン粉、油	牛乳、卵、いわしすり身、豚ひき肉、ワインナー、米みそ(甘みそ)、大豆(ゆで)、油揚げ、ハム、ちくわ	いちご、たまねぎ、こまつな、なめこ、にんじん、ねぎ、グリンピース(水煮缶)、ひじき、しょうが、焼きのり		19	日						
4	土	ぶたにくとはくさいのちゅうかどん さつまいもサラダ こまつなどあつあげのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう あんバターサンド	米、さつまいも、食パン、マヨネーズ、片栗粉、油、三温糖	牛乳、豚こま肉、生揚げ、つぶしあん、米みそ(甘みそ)、ハム、バター	バナナ、はくさい、こまつな、きゅうり、にんじん、しめじ、コーン缶		20	月	おやこどん キャベツとコーンのあえもの かぼちゃのみそしる	ぎゅうにゅう りんご	米、コッペパン、三温糖、油、片栗粉 牛乳、卵、鶏こま肉、米みそ(甘みそ)	牛乳、卵、鶏こま肉、米みそ(甘みそ)、油揚げ、きな粉、かにかまぼこ、しらす干し	りんご、かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、コーン缶、刻みのり	
5	日							21	火	まいだけのたきこみごはん かじきのバターしようゆソテー きりばしたいこんとひじきのサラダ はんぺんのすましる みかん	ぎゅうにゅう みかん	米、マヨネーズ、小麦粉 牛乳、かじき、はんぺん、油揚げ、ベーコン、バター	牛乳、かじき、はんぺん、油揚げ、ベーコン、バター	みかん、たまねぎ、きょうな、まいだけ、コーン缶、切り干し大根、ひじき、しょうが	
6	月	おやこどん キャベツとコーンのあえもの かぼちゃのみそしる りんご	ぎゅうにゅう きなこあげパン	米、コッペパン、三温糖、油、片栗粉	牛乳、卵、鶏こま肉、米みそ(甘みそ)、油揚げ、きな粉、かにかまぼこ、しらす干し	りんご、かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、コーン缶、刻みのり		22	水	カレーうどん さつまいものレモンに ミニフィッシュ ヨーグルト	むぎちゃん ツナボーグおにぎり	ゆでうどん、さつまいも、米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油 ヨーグルト(加糖)、豚こま肉、スパム、ツナ油漬、ミニフィッシュ(味付け小魚・0~1歳児しらず干し)	牛乳、卵、豚こま肉、スパム、ツナ油漬、砂糖、油 ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)、豚こま肉、スパム、ツナ油漬、ミニフィッシュ(味付け小魚・0~1歳児しらず干し)	たまねぎ、にんじん、ねぎ、焼きのり、レモン果汁
7	火	まいだけのたきこみごはん かじきのバターしようゆソテー きりばしたいこんとひじきのサラダ はんぺんのすましる みかん	ぎゅうにゅう ピスケット(災害備蓄食)	米、マヨネーズ、小麦粉	牛乳、かじき、はんぺん、油揚げ、ベーコン、バター	みかん、たまねぎ、きょうな、まいだけ、コーン缶、切り干し大根、ひじき、しょうが		23	木	天皇誕生日					
8	水	カレーうどん さつまいものレモンに ミニフィッシュ ヨーグルト	むぎちゃん ツナボーグおにぎり	ゆでうどん、さつまいも、米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、かじき、はんぺん、油揚げ、ベーコン、バター	ゆでうどん、さつまいも、牛乳、木綿豆腐、豚こま肉、スパム、ツナ油漬、ミニフィッシュ(味付け小魚・0~1歳児しらず干し)	牛乳、かじき、はんぺん、油揚げ、ベーコン、バター	24	金	わかめごはん さけのちゅうかふうてりやき ごもくきんぴら だいこんとあつあげのみそしる	ぎゅうにゅう ゼリー	牛乳、さけ、生揚げ、卵、米みそ(甘みそ)、バター、大豆(ゆで)	牛乳、さけ、生揚げ、卵、米みそ(甘みそ)、バター、大豆(ゆで)	だいこん、ごぼう、れんこん、にんじん、糸こんにゃく、ねぎ、にんにく、しょうが	
9	木	むぎいりごはん チキンディアプロふう わふうポテトサラダ チャンポンスープ キウイフルーツ	ぎゅうにゅう ミルクスティックパン	米、じゃがいも、ロールパン、押麦、マヨネーズ、パン粉、オリーブ油、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付)、豚こま肉、かまぼこ、ツナ油漬缶、かつお節	キワイフルーツ、はくさい、もやし、きゅうり、にんじん、チングサンイ、たけのこ(水煮)、ねぎ、塩昆布		25	土	トマトのハヤシライス カリフラワーとブロッコリーのサラダ もずくとはくさいのスープ バナナ	ぎゅうにゅう バナナ	牛乳、食パン、片栗粉、油、ごま油 牛乳、木綿豆腐、豚こま肉、ベーコン、じゃこ、鶏がらスープ	牛乳、木綿豆腐、豚こま肉、ベーコン、ちりめんじゃこ、鶏がらスープ	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、はくさい、カリフラワー、ホールトマト缶、エリンギ、いちごジャム、おきなわもずく、しめじ、コーン缶	
10	金	わかめごはん さけのちゅうかふうてりやき ごもくきんぴら だいこんとあつあげのみそしる	ぎゅうにゅう マドレーヌ	米、小麦粉、砂糖、三温糖、ごま油	牛乳、さけ、生揚げ、卵、米みそ(甘みそ)、バター、大豆(ゆで)	たいこん、ごぼう、れんこん、にんじん、糸こんにゃく、ねぎ、にんにく、しょうが		26	日						
11	土	建国記念の日						27	月	ぎゅうにゅうパン(天然酵母パン) チキンカツ もやしひきゅうりのおかかあえ はくさいシチュー ヨーグルト	むぎちゃん しそこんぶおにぎり	牛乳パン(天然酵母パン・0~1歳児食パン)、米、パン粉、小麦粉、油、三温糖	牛乳パン(天然酵母パン・0~1歳児食パン)、米、パン粉、小麦粉、油、三温糖	もやし、はくさい、きゅうり、ブロッコリー、こんぶ佃煮、にんじん、しめじ	
12	日							28	火	ベジタブルライス デミソースミートローフ こふきいも コンソメやさいスープ みかん	ぎゅうにゅう りんご	牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、無塙バター、卵、バター	牛乳、鶏ひき肉、バター、木綿豆腐	りんご、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、トマト、しめじ、生わかめ、グリンピース(水煮缶)	
13	月	ぎゅうにゅうパン(天然酵母パン) チキンカツ もやしひきゅうりのおかかあえ はくさいシチュー ヨーグルト	むぎちゃん しそこんぶおにぎり	牛乳パン(天然酵母パン・0~1歳児食パン)、米、パン粉、小麦粉、油、三温糖	牛乳、鶏もも肉(皮付)、牛乳、鶏もも肉、卵、ベーコン、かつお節、しらす干し	もやし、はくさい、きゅうり、ブロッコリー、こんぶ佃煮、にんじん、しめじ									
14	火	ベジタブルライス デミソースミートローフ こふきいも コンソメやさいスープ みかん	ぎゅうにゅう ※ハートのココアクッキー	米、じゃがいも、小麦粉、三温糖、パン粉、油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、無塙バター、卵、バター	みかん、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、チングサンイ、トマト、しめじ、生わかめ、グリンピース(水煮缶)									
15	水	ごはん さばのゆかりあげ ささみりいごぼうサラダ バナナ じゃがいもとあぶらあげのみそしる	ジョア にゅうめん	米、じゃがいも、干しそうめん、マヨネーズ、油、片栗粉、小麦粉、すりごま(白)	さば、鶏ささみ、米みそ(甘みそ)、油揚げ	バナナ、ごぼう、にんじん、こまつな、きゅうり、しめじ、しょうが									
16	木	ざっこくまいごはん そぼろいりあつやきたまご ほうれんそうのごまあえ おふとみつばのすましる ゼリー	ぎゅうにゅう かぼちゃクリームパン	米、三温糖、油、小町麩、雑穀米、黒すりごま	牛乳、卵、鶏ひき肉	トマト、ほうれんそう、にんじん、糸こんにゃく、ねぎ、みつば、えのきたり、生わかめ、干しあじつけ									

表記→※行事・季節献立

\*行事・季節・納品などの都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

今日は3日の節分の日の給食に、鬼の顔に見立てた『鬼さんごはん』、14日のおやつはバレンタインにちなんで、あさがお組さんの『ハートのココアクッキー』クッキングを予定しています。



牛乳・野菜ジュース・豆乳・飲むヨーグルト等です。



牛乳・野菜ジュース・豆乳・飲むヨーグルト等です。

