



# 予定献立表 2月



| 日        | 曜日 | 3歳未満<br>朝のおやつ      | メニュー   | 材 料  | 午後のおやつ                         | おやつ materials                 |
|----------|----|--------------------|--|--|--------------------------------|-------------------------------|
| 2        | 月  | 牛乳<br>チーズ<br>クラッカー | ふりかけご飯 中華風スープ<br>鮭の塩焼き 卵焼き<br>小松菜のサッと煮 果物      | 米 ふりかけ / えのき 玉ねぎ キャベツ ベーコン クリームコーン 中華味 塩 ねぎ<br>鮭 塩 / 卵 砂糖 塩<br>小松菜 油揚げ 人参 だし 醤油 塩 ごま油 / 果物   | 牛乳<br>アップルケーキ                  | 小麦粉 卵 砂糖<br>りんご BP            |
| 節分メニュー   |    |                    | 恵方巻 お吸い物<br>クジラの竜田揚げ ゆでブロッコリー<br>五目豆 ミニゼリー     | 米 デンプ だし巻寿司 のり 胡瓜 すし酢 / 油揚げ 豆腐 茹 わかめ えのき ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 醤油 塩<br>クジラの竜田揚げ(既製品) 揚げ油 / ブロッコリー マヨネーズ<br>水煮大豆 人参 しいたけ 鶏肉 きめさや だし 砂糖 醤油 / ミニゼリー      | 牛乳<br>鬼まんじゅう                   | さつま芋 砂糖<br>ホットケーキミックス         |
| 4        | 水  | 牛乳<br>お菓子          | わかめご飯 お味噌汁<br>鯖の天ぷら ス克蘭ブルエッグ<br>納豆和え 果物        | 米 わかめ / 油揚げ 豆腐 しめじ 大根 人参 白菜 ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌<br>鯖 塩 小麦粉 卵 揚げ油 / 卵 砂糖 塩 油<br>ひきわり納豆 ほうれん草 ハム もやし 砂糖 醤油 / 果物                                    | 牛乳<br>ドロップクッキー                 | 小麦粉 卵 砂糖<br>バター BP            |
| 5        | 木  | 牛乳<br>お菓子          | パン コンソメスープ<br>タンドリーチキン ゆでブロッコリー<br>マカロニサラダ 果物  | レーズンロール / キャベツ 人参 玉ねぎ ベーコン じゃが芋 パセリ コンソメ<br>鶏肉 ヨーグルト カレー粉 生姜 にんにく 砂糖 醤油 / ブロッコリー マヨネーズ<br>マカロニ 人参 ほうれん草 ツナ マヨネーズ 塩 / 果物                      | ヨーグルト<br>お菓子<br>お茶             | ヨーグルト<br>お菓子                  |
| ニコニコ給食の日 |    |                    | 青菜ご飯 お味噌汁<br>鶏肉のムニエル こぶき芋<br>切干大根煮 ミニゼリー       | 米 青菜 / 油揚げ 豆腐 しいたけ 大根 白菜 水菜 わかめ 昆布 鰹節 いりこ 味噌<br>鶏肉 塩 小麦粉 油 / じゃが芋 塩<br>切干大根 油揚げ 人参 砂糖 醤油 みりん だし / ミニゼリー                                      | りんごジュース<br>お菓子                 | お菓子                           |
| 7        | 土  | お茶<br>お菓子          | 米粉パスタのナポリタン<br>フレッシュサラダ<br>果物                  | 米粉パスタ 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 砂糖 塩<br>レタス コーン ベーコン イタリアンドレッシング<br>果物  | お茶<br>お菓子                      | お菓子                           |
| 9        | 月  | 牛乳<br>お菓子          | 塩昆布ご飯 お味噌汁<br>豚肉の南部焼き さつま芋の甘煮<br>ごま和え 果物       | 米 塩昆布 / さつま芋 人参 しめじ 白菜 大根 ごぼう ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌<br>豚肉 卵 砂糖 醤油 生姜 黒ゴマ / さつま芋 だし 砂糖 醤油<br>ほうれん草 人参 もやし ハム ごま 砂糖 醤油 / 果物                          | 牛乳<br>玄米フレークスナック               | 玄米フレーク<br>マシュマロ バター           |
| 10       | 火  | 牛乳<br>果物           | ミネラルふりかけご飯 かきたま汁<br>豚肉の生姜焼き コーンソテー<br>おかか和え 果物 | 米 ミネラルふりかけ / 卵 しらす 玉ねぎ しめじ わかめ ねぎ 豆腐 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油<br>豚肉 生姜 にんにく 砂糖 醤油 料理酒 油 / コーン 砂糖 塩<br>ほうれん草 人参 もやし ささみ 鰹節 砂糖 醤油 / 果物                   | 10日 お茶<br>ミルクくずもち<br>24日牛乳 お菓子 | 牛乳 片栗粉 砂糖<br>黒糖 きなこ 塩<br>お菓子  |
| 12       | 木  | 牛乳<br>お菓子          | パン 豆乳シチュー<br>鶏肉のバーベキュー焼き 人参グラッセ<br>シルバーサラダ 果物  | キャロットロール / 豆乳 じゃが芋 南瓜 玉ねぎ かぶ ベーコン パセリ シチュールー<br>鶏肉 塩 小麦粉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 油 / 人参 バター 砂糖<br>春雨 鶏糸卵 ハブリカ 水菜 マヨネーズ 塩 / 果物                       | ヨーグルト<br>お菓子<br>お茶             | ヨーグルト<br>お菓子                  |
| 13       | 金  | 牛乳<br>果物           | ハヤシライス<br>卵サラダ こぶき芋<br>ミニゼリー                   | 米 豚肉 カットトマト 人参 玉ねぎ ハヤシライスルー<br>卵 ほうれん草 人参 マヨネーズ 塩 / じゃが芋 塩<br>ミニゼリー  | グレープジュース<br>ココアマフィン            | ホットケーキミックス<br>卵 砂糖 バター<br>ココア |
| 14       | 土  | お茶<br>お菓子          | チャーハン<br>中華風スープ<br>果物                          | 米 玉ねぎ ミックスベジタブル 鶏ミンチ 塩コショウ 油<br>えのき 玉ねぎ 小松菜 ベーコン 中華味 塩<br>果物   | お茶<br>お菓子                      | お菓子                           |
| 誕生会メニュー  |    |                    | じゃこご飯 お吸い物<br>ごまザンギ コーンソテー<br>ひじきサラダ 果物        | 米 しらす だし 砂糖 醤油 みりん / 油揚げ 豆腐 鮓 えのき わかめ 白菜 昆布 鰹節 いりこ 塩 醤油<br>鶏肉 塩 醤油 ごま油 生姜 にんにく 黒ゴマ 片栗粉 揚げ油 / コーン 砂糖 塩<br>ひじき だし 砂糖 醤油 ほうれん草 人参 ハム マヨネーズ / 果物 | 牛乳<br>マドレーヌ                    | 小麦粉 卵 砂糖<br>バター BP            |
| 17       | 火  | 牛乳<br>果物           | ゆかりご飯 お味噌汁<br>和風ハンバーグ ゆでブロッコリー<br>人参シリシリ 果物    | 米 ゆかり / 油揚げ 南瓜 じゃが芋 しいたけ もやし ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌<br>合い挽きミンチ 豆腐 玉ねぎ パン粉 卵 塩 大根 砂糖 醤油 / ブロッコリー マヨネーズ<br>人参 もやし ツナ 砂糖 醤油 / 果物                       | 牛乳<br>おからボール                   | おから レーズン<br>砂糖 卵 バター          |
| 25       | 水  | のびヨーグルト<br>お菓子     | わかめご飯 お味噌汁<br>カレイのから揚げ こぶき芋<br>春雨の酢の物 ミニゼリー    | 米 わかめ / 油揚げ しめじ 白菜 豆腐 もやし ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌<br>カレイ 唐揚げ粉 揚げ油 / じゃが芋 塩<br>春雨 鶏糸卵 ハム わかめ すし酢 / ミニゼリー  | 牛乳<br>バナナマフィン                  | バナナ バター 砂糖<br>ホットケーキミックス<br>卵 |

3日は節分です。節分には大きいものと小さいものを食べるといういわれがあり、クジラとイワシを食べる風習があります。今回給食ではクジラの竜田揚げを用意しました。おうちで可能であればイワシを食べてみてはいかがでしょうか？

令和7年度 認定こども園おおとり

