



令和3年度

2月の予定献立表

育咲保育園

日	曜	乳児 午前のおやつ	昼食の献立	午後のおやつ	熱量 幼児 (乳児)	主に使う食品
1	火	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(白菜・長葱) さわらのみそ焼き 切干大根の煮物 きゃべつの浅漬け	牛乳 お菓子	592 (493)	さわら、キャベツ 白菜、人参、ねぎ
2	水	麦茶 ヨーグルト	ご飯 わかめスープ 麻婆白菜 うずら卵煮 ほうれん草のナムル	牛乳 カスタードサンド	654 (481)	豚肉、うずら卵 ほうれん草
3	木	牛乳 ビスコ	鬼ご飯 つみれみそ汁(いわしのつみれ・大根・人参) 鶏の照り焼き 大豆五目煮 みかん	ジュース 鬼ケーキ	602 (528)	鶏肉、いわし、大豆 大根、人参
4	金	牛乳 グレープフルーツ	バターロール パンプキンスープ サーモンフライ スパゲティサラダ パイナップル	麦茶 わかめしらすおにぎり	634 (527)	さけ、南瓜、人参 胡瓜、玉葱
5	土	麦茶 ヨーグルト	みそラーメン りんご	牛乳 おやつパン	588 (441)	豚肉、もやし、人参 にら、コーン
7	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(キャベツ・えのき) 豚肉と白滝の生姜焼き さつまいものレモン煮 小松菜ののり佃和え	牛乳 お菓子	613 (482)	豚肉、さつまい 小松菜
8	火	牛乳 ウエハース	ご飯 みそ汁(じゃが芋・わかめ・長葱) カレイの煮つけ 厚揚げのみそ炒め 大根の和風サラダ	牛乳 ホットビスケット	637 (541)	カレイ、厚揚げ 大根、胡瓜
9	水	麦茶 ヨーグルト	レーズンパン スープ(小松菜・人参・ベーコン) マカロニグラタン 人参グラッセ ブロッコリーサラダ	麦茶 かやくおにぎり	560 (437)	鶏肉、人参、玉葱 ブロッコリー
10	木	牛乳 バナナ	ご飯 みそ汁(なめこ・玉葱) から揚げ いんげん炒め ごま塩白菜	牛乳 かぼちゃ団子汁粉	563 (486)	鶏肉、玉葱、人参 いんげん
12	土	麦茶 ヨーグルト	ナポリタン スープ	牛乳 おやつパン	550 (413)	玉葱、キャベツ 人参、ピーマン
14	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(白菜・長葱) さわらのみそ焼き 切干大根の煮物 きゃべつの浅漬け	牛乳 ミートパイ	617 (472)	さわら、キャベツ 白菜、人参、ねぎ
15	火	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(麩・油揚げ) 酢豚風炒め 中華風煮浸し コロコロ胡瓜	牛乳 お菓子	589 (489)	豚肉、人参、玉葱 ピーマン、きゅうり
16	水	牛乳 ビスコ	トロコカレー スープ(小松菜・玉葱・大根) コールスローサラダ りんご	ジュース 誕生日おやつ	626 (556)	豚肉、玉葱、ピーマン 小松菜、大根
17	木	牛乳 グレープフルーツ	ご飯 わかめスープ 麻婆白菜 うずら卵煮 ほうれん草のナムル	牛乳 きな粉トースト	628 (501)	豚肉、うずら卵 ほうれん草
18	金	麦茶 ヨーグルト	バターロール パンプキンスープ サーモンフライ スパゲティサラダ パイナップル	麦茶 ツナピラフ	622 (457)	さけ、南瓜、人参 胡瓜、玉葱
19	土	麦茶 ヨーグルト	けんちんうどん バナナ	牛乳 おやつパン	555 (411)	大根、鶏肉、人参 ごぼう、葱
21	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(キャベツ・えのき) 豚肉と白滝の生姜焼き さつまいものレモン煮 小松菜ののり佃和え	牛乳 ごまチーズケーキ	630 (493)	豚肉、さつまい 小松菜
22	火	牛乳 ウエハース	レーズンパン スープ(小松菜・人参・ベーコン) マカロニグラタン 人参グラッセ ブロッコリーサラダ	麦茶 悪魔のおにぎり風	570 (489)	鶏肉、人参、玉葱 ブロッコリー
24	木	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(なめこ・玉葱) から揚げ いんげん炒め ごま塩白菜	牛乳 おやつパン	610 (455)	鶏肉、玉葱、人参 いんげん
25	金	牛乳 ビスコ	ご飯 みそ汁(じゃが芋・わかめ・長葱) カレイの煮つけ 厚揚げのみそ炒め 大根の和風サラダ	牛乳 お菓子	587 (521)	カレイ、厚揚げ 大根、胡瓜
26	土	麦茶 ヨーグルト	トマトスパゲティ スープ	牛乳 おやつパン	566 (418)	玉葱、人参、小松菜 キャベツ、いんげん
28	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(麩・油揚げ) 酢豚風炒め 中華風煮浸し コロコロ胡瓜	牛乳 焼きそば	622 (484)	豚肉、人参、玉葱 ピーマン、きゅうり

※満1歳でごま、卵、牛乳を開始します

※献立は食材の都合により変更する場合がありますのでご了承ください

