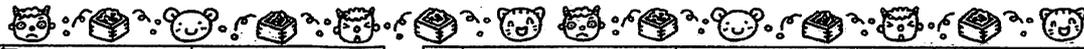


平成27年度 2月分 予定献立表



太陽の子保育園

日/月	献立名	材 料 名			おやつ 3時 10時
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1/1	鶏こぼろピラフ 味噌汁+和え ワンダースープ グレープフルーツ	米/押麦/なたね油/とうもろこし/シソ(こまいり)/ノンエッグマヨネーズ/わんたんの皮/こま油/ポロロ/スパゲッティ	鶏肉モモ/サラダ竹輪/豚もも肉/牛乳/ベーコン	しょうが/こぼろ/にんじん/さやえんどう/こまつな/りょくとうもやし/干し椎茸/ねぎ/チンゲンツァイ/はくさい/グレープフルーツ/玉葱/青ピーマン	入りディナポリタン 牛乳
2/1	きなごこはん 家畜豆腐 カミカミサラダ かぶの味噌汁 バナナ	米/もち米/花見糖/なたね油/こま油/ビスケット/焼き豆腐(国産)/マーガリン/グラニュー糖	豚肉モモ/サラダ竹輪/生揚げ/牛乳/ヨーグルト	にんにく/しょうが/にんじん/ねぎ/キャベツ/にら/きゅうり/切干しいたご/玉葱/かぶ/かぶ(輪)/カットわかめ/バナナ	米ポロ 手作りの菓子 ヨーグルト
3/1	鬼びざトースト ウィンナーソー フレッシュサラダ いわしのつみれ汁 いちご	食パン/なたね油/ノンエッグマヨネーズ/ヤンクグリーン/塩せんべい/つみれ/花見糖/薄力粉	鶏ひき肉/スライスチーズ/ボンレスハム/ツナ(缶詰)/カラダ竹輪/ウィンナー/つみれ/牛乳/大豆(国産/炒り大豆)	にんにく/玉葱/青ピーマン/ミニトマト/干しぶどう/みか/かぼ/葱/キャベツ/ブロッコリー/だいこん/にんじん/ねぎ/しょうが/いちご/りんご/ぶどう	鬼まじじゅう りんごジュース 炒り大豆
4/1	焼きうどん ポテトサラダ 豆腐とせりのスープ ぼんかん	なたね油/うどん(ゆで)/じゃがいも/花見糖/ノンエッグマヨネーズ/塩せんべい/米/こまいり	豚肉/かつお節/木綿豆腐/牛乳/ひじき	にんじん/玉葱/キャベツ/生椎茸/青ピーマン/きゅうり/せり/ぼんかん/ゆかり	牛乳(幼・乳) ビスケット
5/1	ごはん ぶりのてりやき うの花ゆめ 野菜のおひたし かぼちゃの味噌汁 りんご	米/なたね油/花見糖/ソーダクラッカー/グラニュー糖/黒砂糖/おこし	ぶり/鶏ひき肉/おから(新製法)/かつお節/油揚げ/牛乳/豆腐/クリーム(乳脂肪)/きな粉(大豆)	にんじん/干し椎茸/小ねぎ/ほうろそう/はくさい/玉葱/西洋かぼちゃ/りんご/アガー	牛乳(幼・乳) 信玄プリン はとむぎおこし 大豆
6/1	中華菜飯 鮭チャンプルー アーサ汁 オレンジ	米/なたね油/花見糖/こま油/焼き豆腐(国産)/ビスケット/オレンジゼリー	豚もも肉/ウィンナー/木綿豆腐/あおさ(凍干し)/牛乳	たけのこ(ゆで)/にんじん/干し椎茸/チンゲンツァイ/りょくとうもやし/しょうが/玉葱/パレンシアオレンジ	牛乳(幼・乳) クラッカー ビスケット ミニゼリー 牛乳
8/1	高野豆腐のそぼろごはん 白菜とりんごのサラダ 大根の味噌汁 みかん	米/なたね油/花見糖/ハードビスケット/じゃがいも/マーガリン	鶏ひき肉/凍り豆腐/油揚げ/牛乳/きくらげ	にんじん/干し椎茸/ねぎ/たけのこ(ゆで)/きゅうり/りんご/はくさい/干しぶどう/玉葱/だいこん/こまつな/みかん(生)	じゃがバター するめ 牛乳(乳児)
9/1	ライ麦パン カレいのマリネ 花野菜のカレーソテー フォー いちご	ライ麦パン/薄力粉/なたね油/花見糖/無塩バター/ピーマン/こま油/Feせんべい/米	まがれい/鶏ひき肉/牛乳/油揚げ	玉葱/にんじん/青ピーマン/カリフラワー/ブロッコリー/しょうが/りょくとうもやし/小ねぎ/いちご	きつねごはん 牛乳(乳児)
10/1	スパゲティミートソース れんこんサラダ もずくスープ バナナ	スパゲッティ/なたね油(鶏さぶろ用)/なたね油/ノンエッグマヨネーズ/こまいり/ポロロ/塩せんべい	鶏ひき肉/ピザチーズ/ちりめんじゃこ/もずく/木綿豆腐/牛乳/ヨーグルト(リカリア)	にんにく/しょうが/セロリ/にんじん/玉葱/トマト水餃/れんこん/きゅうり/ほうろそう/ねぎ/バナナ	牛乳(幼・乳) 米ポロ 牛乳(乳児)
12/1	きびごはん 鮭の西京焼き 煮豆(水時豆) キャベツのごま和え 豚汁 いよかん	米/きび/花見糖/すりこま/こま油/じゃがいも/ウエイハース/薄力粉/とうもろこし/がら/なたね油/とうもろこし(冷凍)	しらす(乾)/豚もも肉/木綿豆腐/かたくちいわし(凍干し)/牛乳/豆腐	しょうが/キャベツ/にんじん/スナップえんどう/こぼろ/だいこん/ねぎ/こまつな/いよかん	牛乳(幼・乳) せんべい ジョア
13/1	納豆チャーハン びり入り千切りサラダ あらはんべんのすまし汁 りんご	米/押麦/こま油/花見糖/なたね油/さつまいも(凍し切干)	鶏ひき肉/糸系納豆/ひじき/かつお節/あらはんべん/牛乳/プロセスチーズ	ねぎ/にんじん/小ねぎ/だいこん/きゅうり/玉葱/はくさい/りんご	干し椎茸 チーズ 牛乳
15/1	焼き肉丼 水菜と油揚げのサラダ すまし汁 ぼんかん	米/花見糖/なたね油/こまいり/こま油/クラッカー/揚げせんべい	豚もも肉/油揚げ/木綿豆腐/牛乳/ヨーグルト	にんにく/玉葱/にんじん/にら/きょうな/りょくとうもやし/ほうろそう/ぼんかん	せんべい ヨーグルト
16/1	ソフトフランスパン y&w+g 鶏肉のトマト煮 コーンと人参のグラッセ キャベツのスープ バナナ	フランスパン/りんご(ジャム)/マーガリン/なたね油/花見糖/無塩バター/とうもろこし(冷凍)/塩せんべい/米/もち米	鶏肉モモ/ベーコン/牛乳/きな粉(大豆)	にんにく/にんじん/玉葱/トマト水餃(大豆)/ブロッコリー/キャベツ/さやえんどう/バナナ	牛乳(幼・乳) クラッカー きなごこはん 牛乳(乳児)

<2月平均摂取量 乳児/551kcal 幼児/602kcal>

日/月	献立名	材 料 名			おやつ 3時 10時
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17/1	ごはん めだいのくわ焼き 切り干し大根の炒め煮 野菜のおひたし 味噌汁(卵、香葱) はくさい	米/花見糖/なたね油/ハードビスケット/まカロニ/黒砂糖	めだい/油揚げ/かつお加工品(かつお節)/たまご/牛乳/プロセスチーズ	しょうが/ねぎ/にんじん/切干しいたご/干し椎茸/さやいんげん/こまつな/はくさい/玉葱/しゅんぎく/はくさい	マカロニかりんどう チーズ 牛乳(乳児)
18/1	豆腐ほうとううどん がらもとの煮つけ 華風きゅうり グレープフルーツ	うどん(ゆで)/なたね油/花見糖/こま油/Feせんべい/さつまいも	鶏肉/豚肉/油揚げ/豆腐/がらもも/き/ヨーグルト(リカリア)/牛乳	こぼろ/だいこん/にんじん/西洋かぼちゃ/はくさい/ねぎ/こまつな/きゅうり/グレープフルーツ	牛乳(幼・乳) ビスケット ぶか/手 牛乳
19/1	赤飯 メカシチーズ風味フライ 紅白煮 鶏和え みつばのすまし汁 オレンジ	米/もち米/こまいり/薄力粉/パン(粉)生/じゃがいも/花見糖/白米/米/かりんどう(白)/米粉/なたね油	ささげ(乾)/めかじき/豆腐/パルメザンチーズ/きざみのり/牛乳/木綿豆腐/から(植物性脂肪)/乳酸菌飲料	にんじん/はくさい/ほうろそう/玉葱/切りみづは/パレンシアオレンジ/いちご/バナナ	牛乳(幼・乳) お餅(米粉)ケーキ カルピス
20/1	麻婆ライス 香肉サラダ わかめスープ みかん	米/なたね油/花見糖/かたくり粉/こま油/緑豆/はるさめ/クロワッサン	木綿豆腐/鶏ひき肉/ボンレスハム/牛乳	にんにく/しょうが/にんじん/玉葱/ねぎ/干し椎茸/にら/きゅうり/カットわかめ/チンゲンツァイ/みかん(生)	牛乳(幼・乳) やさいかりんどう クロワッサン 牛乳
22/1	あんかけ炒飯 中華とぎゅうりのナムル 大根風揚げ グレープフルーツ	米/押麦/なたね油/こま油/かたくり粉/花見糖/すりこま/とうもろこし(ゆ)冷凍/ポロロ/薄力粉/マーガリン/黒砂糖	鶏肉/豚肉/皮付(香)焼きのり(きざみのり)/たまご/牛乳/スキムミルク	しょうが/たけのこ(ゆで)/にんじん/はくさい/チンゲンツァイ/干し椎茸/だいこん/きゅうり/ねぎ/小ねぎ/グレープフルーツ/干しぶどう	牛乳(幼・乳) 米ポロ 牛乳(乳児)
23/1	フィッシュバーガー 7種の野菜ソテー カブとえのきのスープ バナナ	コッパパン/薄力粉/なたね油/ノンエッグマヨネーズ/無塩バター/塩せんべい/さつまいも/花見糖	またら/ショルダーベーコン/牛乳/鶏天/ごんぶ	しょうが/玉葱/レモン(果汁)/生/にんじん/キャベツ/ブロッコリー/かぶ/かぶ(輪)/えのきたけ/バナナ	牛乳(幼・乳) きょうな 牛乳(乳児)
24/1	ごはん シウマイ さつま芋のレモン煮 しらす和え 味噌汁(もずく・生揚げ) はくさい	米/かたくり粉/こま油/しょうまいの皮/さつまいも/花見糖/鶏生ポロ/黒砂糖/こまいり	豚ひき肉/しらす干し/生揚げ/沖崎もずく/牛乳/大豆(国産/粉)/かたくちいわし(凍干し)/ヨーグルト	玉葱/キャベツ/しょうが/レモン(果汁)/ほうろそう/にんじん/りょくとうもやし/ねぎ/こまつな/はくさい	牛乳(幼・乳) 米ポロ のたまご(凍)
25/1	五目ラーメン(鶏ガラだし) かぼちゃのそぼろ煮 ななばなの味噌汁+和え みかん	中華めん(生)/こま油/とうもろこし(冷凍)/なたね油/花見糖/こまいり/カブ/おろし/さつまいも(凍し切干)/米	鶏さげ/なると/鶏ひき肉/牛乳/しらす/焼きのり	しょうが/ねぎ/にんじん/干し椎茸/にら/りょくとうもやし/西洋かぼちゃ/和風ななばな(凍、ゆで)/みかん(生)/こまつな	牛乳(幼・乳) 牛乳(乳児)
26/1	ごはん さわらの香味焼き 五目豆煮 ゆがゆ和え 小松菜の味噌汁 りんご	米/花見糖/こま(すりこま)/こま油/板こんにゃく/ウエイハース/ぶどうパン	さわら/大豆(国産/粉)/早蕨/木綿豆腐/牛乳/ヨーグルト(リカリア)	しょうが/ねぎ/にんにく/にんじん/こぼろ/干し椎茸/キャベツ/きゅうり/ゆかり/玉葱/こまつな/りんご	牛乳(幼・乳) ウエイハース 牛乳(乳児)
27/1	ドライカレー ツツを大根サラダ きのこのスープ バナナ	米/押麦/なたね油/こま油/ワッフル	鶏ひき肉/まぐろ缶詰(水/煮ルグイ)/牛乳/プロセスチーズ	にんにく/しょうが/玉葱/にんじん/干しぶどう/だいこん/きゅうり/はくさい/チンゲンツァイ/バナナ	牛乳(幼・乳) チーズ 牛乳
29/1	ひじきごはん 納豆とじゃこの天ぷら 野菜のごま味噌和え 白菜の味噌汁 いちご	米/なたね油/花見糖/薄力粉/こま(すりこま)/ソーダクラッカー/マーガリン	鶏肉/豚肉(皮付香)/ひじき/油揚げ/ちりめんじゃこ/糸系納豆/生揚げ/牛乳/たまご	干し椎茸/さやいんげん/にんじん/玉葱/こまつな/りょくとうもやし/はくさい/いちご	手作りクッキー 牛乳

*献立は、材料の都合により変更になる場合があります。

<今月の予定>
 *3日: 節分メニュー
 *10日: お店屋さんごっこ
 *12日: らいおん組・調理保育
 *19日: お誕生会
 *22日: おやつ試食会
 *26日: らいおん組 お別れ遠足
 *29日: らいおん組 午後おやつ作り

おやつ試食デー♪

22日(月)
黒糖パンケーキ

おやつ試食会を、今月の22日に予定しています。
 お迎え時に、保護者の方におやつ試食をしていただき、園で子どもたちが食べているおやつを少しですが味わっていただければと思います。黒糖が香ばしい甘さ控えめのパンケーキです。
 ★なお、保健所の指導により(食中毒予防のため)、試食は18時までとさせていただきますのでご了承ください。