

2022年 2月 献立表【幼児食】

* 補食(18:30のおやつ)…野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しののめ会 聖星保育園

日付	曜日	朝おやつ		主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ	
		乳児	幼児							
1	火	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの香味焼き (さわら、ねぎ、しょう油、酒、みりん、しょうが)	ひじきの煮物 (ひじき、にんじん、玉ねぎ、しょう油、砂糖)	ブロッコリーのマヨ和え (ブロッコリー、黄パプリカ、マヨネーズ、めんつゆ)	ミルクスープ (牛乳、かぶ、かぶの葉、キャベツ、コンソメ)	ごまチーズブレッド、牛乳	
2	水	チーズ 麦茶	麦茶	ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、トマト缶、スキムミルク、コンソメ、ウスターソース、砂糖、ケチャップ、オリーブ油、パセリ粉)		水菜のサラダ (水菜、サニーレタス、コーン缶、酢、砂糖、しょう油、ごま油)		はっさく	ツナポンごはん、牛乳 (米、ツナ缶、にんじん、小ねぎ、ボン酢、しょう油、砂糖)	
3	木	ミレービスケット 野菜ジュース	野菜ジュース	恵方巻 (米、酢、砂糖、塩、厚焼き玉子、きゅうり、味付きかんぴょう、桜でんぶ、のり)	かみかみ大豆 (大豆、にぼし、片栗粉、油、しょう油、砂糖)	すまし汁 (大根、にんじん、ごぼう、小松菜、しょう油、塩)			フルーツヨーグルト、ウエハース、麦茶 (ヨーグルト、砂糖、黄桃缶、コーンフレーク)(カル鉄ウエハース)	
4	金	ブルー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのパン粉焼き (サーモン、パン粉、酒、塩、オリーブ油)	かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、にんじん、しょう油、砂糖)	キャベツのお浸し (キャベツ、もやし、めんつゆ、青のり)	スープ (白菜、きくらげ、コンソメ)	ハムロール、牛乳	
5	土	コーンフレーク 牛乳	麦茶	照り焼きチキン丼 (米、鶏もも肉、片栗粉、油、にんじん、玉ねぎ、コーン缶、レタス、鶏がら、オイスターソース、しょう油、酒、みりん、しょうが)			みそ汁 (チンゲン菜、ひじき、みそ)	バナナ	焼き芋、牛乳 (さつま芋)	
7	月	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶり大根 (ぶり、大根、しょう油、酒、みりん、砂糖、しょうが)	里芋のバター焼き (里芋、玉ねぎ、バター、塩、バジル粉)	春菊ののり和え (春菊、油揚げ、めんつゆ、刻みのり)	みそ汁 (麩、みつば、みそ)	鶏豆乳うどん、牛乳 (うどん、鶏ささみ、水菜、玉ねぎ、コーン缶、にんにく、豆乳、みそ、鶏がら)	
8	火	にぼし 牛乳	麦茶	きのごシチュー (米、鶏もも肉、じゃが芋、にんじん、白菜、玉ねぎ、しめじ、まいたけ、エリンギ、シチュールウ、牛乳、スキムミルク)		ゆでブロッコリー (ブロッコリー)		りんごゼリー (りんごジュース、砂糖、寒天粉)	シュガーレーズンパン、牛乳	
9	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	厚揚げのマヨコーン焼き (厚揚げ、コーン缶、クリームコーン缶、マヨネーズ、みそ、スキムミルク)	のり塩ごぼう (ごぼう、玉ねぎ、青のり、鶏がら、オリーブ油)	ほうれん草の和え物 (ほうれん草、にんじん、しょう油、砂糖、かつお節)	すまし汁 (キャベツ、なす、しょう油、塩)	鮭わかめご飯、牛乳 (米、鮭フレーク、わかめふりかけ)	
10	木	ミレービスケット 麦茶	麦茶	キャロットライス (米、にんじん、コンソメ、バター)	カレー風味唐揚げ (鶏もも肉、しょう油、酒、にんにく、しょうが、カレー粉、片栗粉、油)	カラフルグリル (かぶ、かぶの葉、赤パプリカ、コンソメ)	さつま芋のクリームチーズ和え (さつま芋、玉ねぎ、クリームチーズ、酢、砂糖、塩、バジル粉)	スープ (水菜、春雨、鶏がら)	いちご (ホットケーキミックス、生クリーム、卵、マーメイドジャム、はちみつ、紅茶葉、砂糖、レモン汁)	
11	金	建国記念日								
12	土	クラッカー 牛乳	麦茶	ロールパン	ロールキャベツ (鶏ひき肉、豚ひき肉、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、牛乳、コンソメ)		ローストかぼちゃ (かぼちゃ、オリーブ油)	バナナ	梅おかかおにぎり、牛乳 (米、梅干し、かつお節、しょう油、砂糖、いりごま、のり)	
14	月	ウエハース 牛乳	牛乳	あんかけうどん (うどん、豚肩肉、かまぼこ、白菜、にんじん、玉ねぎ、チンゲン菜、しめじ、きくらげ、しょう油、みりん、酒、片栗粉)					いよかん	ひじきごはん、牛乳 (米、ひじき、にんじん、油揚げ、しょう油、砂糖)
15	火	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ムニエル (かじき、酒、小麦粉、コンソメ、パセリ粉、バター)	粉ふき芋 (じゃが芋、塩)	春菊のごま和え (春菊、にんじん、しょう油、砂糖、いりごま、すりごま)	すまし汁 (とろろ昆布、玉ねぎ、しょう油、塩)	かぼちゃあんぱん、牛乳	
16	水	干し芋 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	油淋鶏 (鶏もも肉、片栗粉、油、ねぎ、しょうが、酢、しょう油、砂糖、ごま油)	レバニラ炒め (鶏レバー、にら、もやし、しょうが、しょう油、酒、片栗粉、油)	ナムル (きくらげ、きゅうり、にんじん、鶏がら、ごま油)	中華スープ (ワンタンの皮、コーン缶、鶏がら、しょう油)	チーズケーキ、牛乳 (クリームチーズ、卵、砂糖、コーンスターチ、生クリーム、バニラエッセンス、レモン汁、ビスケット、バター)	
17	木	ミレービスケット 牛乳	麦茶	ゆかりごはん (米、ゆかりふりかけ)	すき焼き風鍋パーティー (豚肩肉、白菜、にんじん、玉ねぎ、えのき、しめじ、しらたき、焼き豆腐、しょう油、砂糖、酒)				りんご	じゃこごはん、牛乳 (米、ちりめんじゃこ、小松菜、にんじん、しょう油、鶏がら、油、いりごま)
18	金	ブルー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれいの煮つけ (かれい、しょう油、酒、みりん、しょうが)	かぶのあんかけ (かぶ、かぶの葉、にんじん、鶏がら、しょう油、片栗粉)	マカロニサラダ (マカロニ、玉ねぎ、黄パプリカ、酢、砂糖、塩、油)	みそ汁 (切干大根、チンゲン菜、みそ)	ミネストローネ、ロールパン、牛乳 (ウインナー、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖、オリーブ油、パセリ粉)	
19	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	豚丼 (米、豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、しょう油、砂糖、みりん、にんにく、しょうが、片栗粉)			レタスサラダ (レタス、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、しょう油、オリーブ油)	みそ汁 (ほうれん草、かぼちゃ、みそ)	ココアクッキー、牛乳 (小麦粉、砂糖、ココアパウダー、バター)	
21	月	にぼし 牛乳	麦茶	塩焼きそば (中華麺、鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、もやし、ピーマン、鶏がら、オイスターソース、にんにく、しょうが、油)				スープ (なると、白菜、鶏がら、しょう油)	カルピスゼリー (カルピス、レモン汁、砂糖、寒天粉)	中華おこわ風、牛乳 (米、豚ひき肉、桜えび、ねぎ、中華あじ、しょう油、ごま油)
22	火	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらのトマトソース煮 (さわら、玉ねぎ、しめじ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖)	ほうれん草のソテー (ほうれん草、にんじん、鶏がら、オリーブ油)	カリフラワーのサラダ (カリフラワー、コーン缶、酢、砂糖、塩、油)	みそ汁 (わかめ、ねぎ、みそ)	ポテトサラダパン、牛乳	
23	水	天皇誕生日								
24	木	どうぶつビスケット 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かぼちゃコロッケ (豚ひき肉、かぼちゃ、さつま芋、玉ねぎ、コンソメ、パン粉、油、中濃ソース)	小松菜と大根の炒め物 (小松菜、大根、にんじん、鶏がら)	きのごサラダ (エリンギ、えのき、レタス、サニーレタス、ボン酢、砂糖)	みそ汁 (かぶ、かぶの葉、もやし、みそ)	ベリーカップケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、ヨーグルト、牛乳、砂糖、ドライフルーツ、スキムミルク、油)	
25	金	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶりの照り焼き (ぶり、しょう油、酒、みりん、しょうが)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、大豆、しょう油、砂糖、油、いりごま)	わかめの酢の物 (わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩)	すまし汁 (水菜、そうめん、しょう油、塩)	バターソフト、牛乳	
26	土	せんべい 牛乳	麦茶	じゃことキャベツのペペロンチーノ (スパゲッティ、ちりめんじゃこ、キャベツ、玉ねぎ、鶏がら、しょう油、にんにく、オリーブ油)			ポトフ (ウインナー、じゃが芋、にんじん、ブロッコリー、しめじ、コンソメ、パセリ粉)		チーズおにぎり、牛乳 (米、チーズ、小ねぎ、にんじん、めんつゆ、ごま油、のり)	
28	月	コーンフレーク 牛乳	麦茶	カレーライス (米、鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク、しょう油、りんごジャム)			ヨーグルトサラダ (カリフラワー、水菜、ヨーグルト、塩、にんにく、オリーブ油)		いよかん (小麦粉、バナナ、牛乳、砂糖、B.P、オリーブ油、塩)	

3日(木): 恵方巻 10日(木): 誕生会 17日(木): 鍋パーティー

【旬の食材】さわら、ぶり、キャベツ、白菜、水菜、小松菜、春菊、かぶ、大根、ブロッコリー、カリフラワー、いよかん、はっさく…など