

2023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		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ	
		乳児	幼児								
1	水	ブルー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	はんぺんのたらマヨ (はんぺん、たらこ、マヨネーズ、スキムミルク)	かぼちゃのグリル (かぼちゃ、オリーブ油、塩)	オニオンドレッシングサラダ (キャベツ、きゅうり、コーン缶、玉ねぎ、ヨーグルト、にんにく、塩)	すまし汁 (ごぼう、とろろ昆布、しょう油、塩)		豆腐ドーナツ、牛乳 (ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、砂糖、油、グラニュー糖)	
2	木	ウエハース 牛乳	ウエハース 麦茶	恵方巻 (米、酢、砂糖、塩、厚焼き玉子、かんぴょう、しょう油、きゅうり、桜でんぶ、のり)		がんもの煮物 (がんもどき、大根、にんじん、しょう油、みりん、砂糖)	がんと煮物 (がんもどき、大根、にんじん、しょう油、みりん、砂糖)	すまし汁 (三つ葉、そうめん、しょう油、塩)	いちご	フルーツヨーグルト、ビスケット、麦茶 (ヨーグルト、砂糖、黄桃缶、みかん缶、コーンフレーク)(マリービスケット)	
3	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれのいの照り焼き (かれい、しょう油、みりん、酒、しょうが)	煮びたし (小松菜、玉ねぎ、えのき、しょう油、みりん、砂糖)	春雨サラダ (春雨、黄パプリカ、にんじん、鶏がら、ごま油)	みそ汁 (キャベツ、かぶ、かぶの葉、みそ)		黒ごまあんぱん、牛乳	
4	土	クラッカー 牛乳	麦茶	あんかけうどん (うどん、豚肩肉、白菜、にんじん、もやし、きくらげ、しょう油、みりん、酒、中華あじ、片栗粉)		酢の物 (わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩)			みかん	しらすおにぎり、牛乳 (米、しらす、かつお節、めんつゆ、のり)	
6	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	肉じゃが (豚肩肉、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、しらたき、しょう油、みりん、砂糖、酒)	白菜の豆乳煮 (白菜、しめじ、豆乳、鶏がら、片栗粉)	ほうれん草のごまみそ和え (ほうれん草、にんじん、もやし、みそ、しょう油、砂糖、すりごま)	スープ (かぼちゃ、水菜、コンソメ)		たかなごはん、牛乳 (米、たかな漬け、しょう油、油)	
7	火	干し芋 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かにたま (卵、ねぎ、かにかまぼこ、しょう油、砂糖、酢、鶏がら、片栗粉)	切干大根の洋風煮 (切干大根、にんじん、黄パプリカ、油揚げ、コンソメ)	ブロッコリーのナムル (ブロッコリー、鶏がら、ごま油)	みそ汁 (小松菜、なめこ、みそ)		バターソフト、牛乳	
8	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの西京焼き (さわら、みそ、みりん、砂糖、酒)	のり塩にんじん (にんじん、もやし、鶏がら、青のり、油)	キャベツの和え物 (キャベツ、玉ねぎ、マヨネーズ、スキムミルク)	スープ (にら、きくらげ、鶏がら)		けんちんうどん、牛乳 (うどん、かまぼこ、大根、にんじん、ごぼう、えのき、しょう油、めんつゆ)	
9	木	クラッカー 牛乳	麦茶	わかめごはん (米、押麦、炊き込みわかめ)	唐揚げ(大根おろしソース) (鶏もも肉、しょう油、酒、にんにく、しょうが、片栗粉、油、大根、ポン酢、砂糖)	豆腐のチヂミ (小麦粉、片栗粉、絹ごし豆腐、ねぎ、しょう油、砂糖、ごま油)	みかんサラダ (レタス、水菜、みかん缶、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	スープ (エリンギ、黄パプリカ、にんじん、コンソメ)	ぶどうゼリー	ペイクドチーズケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、クリームチーズ、レモン汁、牛乳、砂糖)	
10	金	ブルー 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	さばのごま焼き (さば、しょう油、みりん、砂糖、酒、ごま)	ひじきの煮物 (ひじき、えのき、ごぼう、しょう油、みりん、砂糖)	カリフラワーのにんじんドレッシング (カリフラワー、玉ねぎ、にんじん、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	みそ汁 (じゃが芋、白菜、みそ)		ハムチーズロール、牛乳	
11	土	建国記念の日									
13	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	酢鶏 (鶏もも肉、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、酢、ケチャップ、砂糖、鶏がら、にんにく、油、片栗粉)	ブロッコリーのバジル焼き (ブロッコリー、バジル粉、塩)	白菜のゆかり和え (白菜、きゅうり、ゆかりふりかけ)	スープ (春雨、コーン缶、鶏がら)		切干大根の混ぜごはん、牛乳 (米、押麦、切干大根、えのき、しょう油、みりん、砂糖)	
14	火	にぼし 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	厚揚げのみそマヨ焼き (厚揚げ、みそ、みりん、マヨネーズ)	野菜炒め (小松菜、にんじん、鶏がら、しょう油、みりん、油)	粉ふき芋 (じゃが芋、青のり、塩)	すまし汁 (もやし、まいたけ、しょう油、塩)		ストロベリーリング、牛乳	
15	水	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのムニエル (サーモン、酒、小麦粉、塩、バター)	きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、みりん、ごま、油)	たくあんサラダ (キャベツ、水菜、たくあん、マヨネーズ、スキムミルク)	みそ汁 (にら、ひじき、みそ)		塩ラーメン、牛乳 (中華めん、小ねぎ、コーン缶、もやし、にんにく、鶏がら、塩)	
16	木	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	ゆかりごはん (米、押麦、ゆかりふりかけ)	すき焼き鍋パーティー (牛肩肉、白菜、にんじん、玉ねぎ、えのき、しめじ、焼き豆腐、しらたき、しょう油、砂糖、酒)				いよかん	ブラウニー、牛乳 (小麦粉、卵、砂糖、ココアパウダー、牛乳、油)	
17	金	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶりのみぞれ焼き (ぶり、酒、小麦粉、大根、しょう油、砂糖)	チンゲン菜のソテー (チンゲン菜、もやし、鶏がら、油)	かぶのゆず和え (かぶ、かぶの葉、きゅうり、ゆず、昆布茶、塩)	みそ汁 (わかめ、麩、みそ)		オニオンブレッド、牛乳	
18	土	チーズ 麦茶	麦茶	ピピンパ丼 (米、押麦、豚ひき肉、ほうれん草、にんじん、もやし、鶏がら、しょう油、みりん、片栗粉)		中華スープ (玉ねぎ、エリンギ、トマト缶、中華あじ、しょう油)			バナナ	コーンフレーククッキー、牛乳 (小麦粉、卵、砂糖、バター、コーンフレーク、レーズン)	
20	月	干し芋 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	しょうが焼き (豚肩肉、玉ねぎ、しょう油、みりん、砂糖、酒、しょうが)	マカロニソテー (マカロニ、にんじん、しめじ、コンソメ、オリーブ油)	菜の花のお浸し (菜の花、黄パプリカ、しょう油、砂糖)	豆乳スープ (油揚げ、かぶ、かぶの葉、豆乳、鶏がら)		さけ茶漬け、牛乳 (米、押麦、さけフレーク、小ねぎ、しょう油、塩、昆布茶、かつお節、ぶぶあられ)	
21	火	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	カレーライス (米、鶏もも肉、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、カレールウ、スキムミルク、コンソメ)		シーザーサラダ (レタス、サニーレタス、黄パプリカ、ヨーグルト、酢、砂糖、粉チーズ、クルトン)			りんご	キャラメルブレッド、牛乳	
22	水	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ツナと豆腐のチャンプルー (ツナ缶、木綿豆腐、もやし、ねぎ、めんつゆ、油、かつお節)	かぶのかにかまあなかけ (かぶ、かぶの葉、にかまぼこ、しょう油、鶏がら、片栗粉)	ナムル (ほうれん草、にんじん、水菜、鶏がら、ごま油)	スープ (きくらげ、キャベツ、鶏がら)		ごまとチーズのスティックケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、卵、牛乳、砂糖、チーズ、ごま)	
23	木	天皇誕生日									
24	金	胚芽スティック 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	かじきのトマト煮 (かじき、酒、玉ねぎ、トマト缶、砂糖、コンソメ、オリーブ油)	大根のコンソメ煮 (大根、白菜、コンソメ、片栗粉)	白和え (絹ごし豆腐、小松菜、しめじ、にんじん、しょう油、砂糖、すりごま)	スープ (レタス、じゃが芋、鶏がら)		クリームパン、牛乳	
25	土	ミレービスケット 牛乳	麦茶	たらこクリームスパゲティ (スパゲティ、たらこ、玉ねぎ、しめじ、クリームシチュールウ、牛乳、スキムミルク、コンソメ、パセリ粉、オリーブ油)		花野菜のオーロラソース和え (ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク、ケチャップ)			いよかん	そぼろおにぎり、牛乳 (米、鶏ひき肉、小ねぎ、しょう油、みりん、砂糖、のり)	
27	月	ブルー 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	ししゃもの天ぷら (ししゃも、小麦粉、片栗粉、酢、油)	キャベツのみそ煮 (キャベツ、にんじん、しめじ、みそ、みりん)	納豆和え (納豆、ほうれん草、もやし、めんつゆ)	すまし汁 (水菜、切干大根、しょう油、塩)		マカロニきな粉、牛乳 (マカロニ、きな粉、砂糖、スキムミルク)	
28	火	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	中華丼 (米、豚肩肉、むきえび、白菜、にんじん、もやし、きくらげ、うずらの卵、しょう油、みりん、酒、鶏がら、ごま油、片栗粉)		かぶの浅漬け (かぶ、かぶの葉、塩昆布)			みかん	照り焼きチキンパン、牛乳	