

2019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	金	小魚せんべい 野菜ジュース	野菜ジュース	恵方巻 (米、厚焼き玉子、かんぴょう、きゅうり、桜でんぶ、のり、酢、砂糖、塩)	お煮しめ (里芋、ごぼう、こんにゃく、いんげん、しょう油、酒、みりん、砂糖)	ほうれん草のお浸し (ほうれん草、にんじん、しょう油)	みそ汁 (油揚げ、三つ葉、みそ)			黒ごまあんぱん、牛乳	
2	土	プルーン 牛乳	麦茶	ハヤシライス (米、豚肩肉、トマト缶、にんじん、しめじ、玉ねぎ、ハヤシルウ、ケチャップ、中濃ソース、油)	白菜のポン酢和え (白菜、ツナ、ポン酢、砂糖、塩、ごま油)				はっさく	シュガーラスク、牛乳 (わらべロール、グラニュー糖、バター)	
4	月	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	サーモンのムニエル (サーモン、小麦粉、塩、バター、パセリ粉)	にんじんとひき肉の炒め物 (にんじん、ピーマン、鶏ひき肉、鶏がら、油)	ブロッコリーのサラダ (ブロッコリー、えのき、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	すまし汁 (キャベツ、長ねぎ、しょう油、塩)		かみかみ大豆、せんべい、牛乳 (大豆、にぼし、しょう油、砂糖、片栗粉、油)(ばりんこ)	
5	火	かぼちゃポーロ 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	豚肉のオイスターソース炒め (豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、チンゲン菜、オイスターソース、にんにく、しょう油、酒、砂糖、片栗粉、油)	かぶのオープン焼き (かぶ、かぶの葉、コーン缶、鶏がら)	小松菜ののり和え (小松菜、もやし、刻みのり、めんつゆ)	みそ汁 (麩、にら、みそ)		チーズパン、牛乳	
6	水	チーズ 麦茶	麦茶	ご飯 (米、押麦)	ぶり大根 (ぶり、大根、しょう油、砂糖、酒、しょうが)	ひじきの煮物 (ひじき、にんじん、しょう油、砂糖、酒)	ポテトサラダ (じゃが芋、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク)	みそ汁 (なめこ、ほうれん草、みそ)		レタスチャーハン、牛乳 (米、レタス、ハム、にんにく、中華あじ、しょう油、塩、ごま油)	
7	木	小魚せんべい 野菜ジュース	野菜ジュース	ゆかりご飯 (米、ゆかり)	すき焼き鍋パーティー (豚肩肉、焼き豆腐、白菜、玉ねぎ、えのき、しめじ、にんじん、しょう油、砂糖、酒)				バナナ	フルーツヨーグルト、ビスケット、牛乳 (ヨーグルト、みかん缶、もも缶、砂糖)(ごま入りビスケット)	
8	金	麩菓子 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	バジルチキン (鶏もも肉、バジル粉、にんにく、コンソメ、油)	チンゲン菜のソテー (チンゲン菜、玉ねぎ、鶏がら、油)	さつま芋の和え物 (さつま芋、ごぼう、しょう油、砂糖)	スープ (ブロッコリー、カリフラワー、鶏がら)		スペシャルレーズンブレッド、牛乳	
9	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	たらこスパゲッティ (スパゲッティ、たらこ、しめじ、小ねぎ、玉ねぎ、鶏がら、しょう油、塩、オリーブ油)	コールスローサラダ (キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、オリーブ油)				グレープフルーツ	梅しそおにぎり、牛乳 (米、梅干し、しそ、ごま、のり)	
11	月	建国記念日									
12	火	野菜せんべい 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	かじきのカレー焼き (かじき、カレー粉、塩、しょう油)	パセリポテト (じゃが芋、パセリ粉、塩)	水菜とりんごのサラダ (水菜、りんご、レーズン、マヨネーズ、スキムミルク)	みそ汁 (チンゲン菜、長ねぎ、みそ)		ウインナーパン、牛乳	
13	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	厚揚げの回鍋肉風 (厚揚げ、キャベツ、長ねぎ、みそ、にんにく、しょうが、砂糖、しょう油、酒、ごま油)	小松菜のバターじょう油煮 (小松菜、玉ねぎ、バター、しょう油)	ナムル (もやし、きくらげ、にんじん、しょう油、鶏がら)	すまし汁 (かぶ、かぶの葉、白菜、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、塩)	
14	木	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	コーンご飯 (米、コーン缶、しょう油、バター)	ささみの磯辺揚げ (鶏ささみ、酒、鶏がら、片栗粉、青のり、油)	かぼちゃのグリル (かぼちゃ、ブロッコリー、コンソメ)	春雨サラダ (春雨、にんじん、きゅうり、酢、しょう油、砂糖、ごま油)	スープ (レタス、玉ねぎ、コンソメ)	いちご	ピーチメープルケーキ、牛乳 (小麦粉、卵、牛乳、もも缶、メープルシロップ、バター、砂糖、B.P)	
15	金	プルーン 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	さばの南蛮漬け (さば、片栗粉、玉ねぎ、しょう油、砂糖、酢、塩、油)	もやしとにらの炒め物 (もやし、にら、鶏がら、しょう油、ごま油)	チンゲン菜のなめたけ和え (チンゲン菜、にんじん、なめたけ)	みそ汁 (里芋、小ねぎ、みそ)		コーンパン、牛乳	
16	土	かぼちゃポーロ 牛乳	麦茶	鶏の照り焼き丼 (米、鶏もも肉、玉ねぎ、しめじ、しょう油、砂糖、みりん、油)	キャベツのごま和え (キャベツ、にんじん、すりごま、しょう油、砂糖)				オレンジ	ブルーベリーカップケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、牛乳、ブルーベリージャム、バター、砂糖)	
18	月	チーズ 麦茶	麦茶	ご飯 (米、押麦)	豚肉と小松菜の炒め物 (豚肩肉、小松菜、酒、しょう油、鶏がら、油)	切干大根の煮物 (切干大根、にんじん、しょう油、みりん、酒、砂糖)	さつま芋のサラダ (さつま芋、玉ねぎ、マヨネーズ、スキムミルク)	すまし汁 (高野豆腐、水菜、しょう油、塩)		ケチャップライス、牛乳 (米、鶏ひき肉、ピーマン、コーン缶、ケチャップ、コンソメ)	
19	火	麩菓子 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	鶏もも肉とかぼちゃのクリーム煮 (鶏もも肉、かぼちゃ、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ、油)	ウインナービーンズ (ウインナー、にんじん、大豆、ミックスビーンズ缶、鶏がら、油)	カラフルマリネ (カリフラワー、赤・黄パプリカ、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	スープ (ひじき、にら、鶏がら)		メープルブレッド、牛乳	
20	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	鮭のゆず風味焼き (鮭、ゆず、酒、みりん、しょう油)	じゃが芋と玉ねぎのガリバタ炒め (じゃが芋、玉ねぎ、しょう油、にんにく、バター)	小松菜とえのきのおかか和え (小松菜、えのき、かつお節、しょう油)	スープ (にんじん、ブロッコリー、鶏がら)		きつねうどん、牛乳 (うどん、油揚げ、長ねぎ、めんつゆ、しょう油)	
21	木	干し芋 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	豆腐つくね (鶏ひき肉、木綿豆腐、小ねぎ、片栗粉、ごま油、しょう油、砂糖、みりん)	こんにゃくの煮物 (突きこんにゃく、大根、にんじん、しょう油、みりん、酒)	キャベツのみそ風味和え (キャベツ、玉ねぎ、みそ、砂糖)	すまし汁 (ほうれん草、もやし、しょう油、塩)		抹茶豆乳寒天、ウエハース、牛乳 (豆乳、抹茶、砂糖、寒天粉)(カル鉄ウエハース)	
22	金	野菜せんべい 牛乳	麦茶	カレーライス (米、豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、カレーパウダー、スキムミルク、りんごジャム、油)	水菜のサラダ (水菜、コーン缶、酢、砂糖、塩、油)				りんご	バターソフト、牛乳	
23	土	プルーン 牛乳	麦茶	ほうれん草の和風スパゲッティ (スパゲッティ、ほうれん草、玉ねぎ、しめじ、ツナ缶、鶏がら、めんつゆ、しょう油、塩、オリーブ油)	ブロッコリーグリル (ブロッコリー、黄パプリカ、にんじん、コンソメ、バジル粉)				いよかん	桜えびおにぎり、牛乳 (米、桜えび、塩昆布、しょう油、のり)	
25	月	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	鶏肉のごまだれ焼き (鶏もも肉、砂糖、みりん、しょう油、すりごま)	がんもの煮物 (がんと、にんじん、しょう油、砂糖)	わかめの酢の物 (わかめ、白菜、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (しめじ、玉ねぎ、みそ)		クッキー、牛乳 (小麦粉、砂糖、バター、塩)	
26	火	かぼちゃポーロ 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	さわらの梅みそ風味 (さわら、酒、しょう油、しょうが、梅干し、みそ)	里芋の煮っころがし (里芋、しょう油、砂糖、みりん、酒)	中華和え (きゅうり、にんじん、もやし、鶏がら、ごま油)	すまし汁 (大根、三つ葉、しょう油、塩)		とちおとめブレッド、牛乳	
27	水	麩菓子 牛乳	麦茶	ご飯 (米、押麦)	ポークケチャップ (豚肩肉、玉ねぎ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、にんにく、砂糖、油)	にんじんグラッセ (にんじん、いんげん、砂糖、バター)	かぼちゃのレーズンサラダ (かぼちゃ、レーズン、マヨネーズ、スキムミルク)	スープ (えのき、コーン缶、鶏がら)		カルボ飯、牛乳 (米、ベーコン、玉ねぎ、牛乳、粉チーズ、コンソメ、パセリ粉、オリーブ油)	
28	木	チーズ 麦茶	麦茶	ご飯 (米、押麦)	かれいの煮付け (かれい、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、しょう油、砂糖、みりん、ごま油)	にらの白和え (にら、もやし、木綿豆腐、しょう油、砂糖)	みそ汁 (じゃが芋、大根、みそ)		ちゃんぽん風にゆめん、麦茶 (そうめん、鶏ささみ、小ねぎ、キャベツ、牛乳、鶏がら、みそ、にんにく、しょう油)	

☺1日(金): 節分 ☺7日(木): 鍋パーティー ☺14日(木): 2月誕生会

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