

2020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	土	ブルー 牛乳	麦茶	中華風あんかけ豚丼 (米、豚肩肉、チンゲン菜、玉ねぎ、きくらげ、しょう油、中華あじ、酒、砂糖、しょうが、油、片栗粉)			カリフラワーのチリソース風 (カリフラワー、ケチャップ、酢、砂糖、鶏がら)	スープ (にんじん、キャベツ、鶏がら)		カルピスゼリー、ウエハース、牛乳 (カルピス、牛乳、砂糖、粉寒天)(カル鉄ウエハース)	
3	月	ミレービスケット 牛乳	麦茶	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)		筑前煮 (鶏もも肉、にんじん、たけのこ、いんげん、しょう油、砂糖、油)	ほうれん草のおかか和え (ほうれん草、コーン缶、かつお節、しょう油、砂糖)	みそ汁 (切干大根、なめこ、みそ)		かみかみ大豆、せんべい、牛乳 (大豆、にぼし、片栗粉、油、しょう油、砂糖)(ぼりんこ)	
4	火	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	豚肉と白菜のみそ炒め (豚肩肉、白菜、ねぎ、みそ、はちみつ、みりん、にんにく、しょうが、油)	ひじきの煮物 (ひじき、にんじん、突きこんにゃく、しょう油、鶏がら)	さつま芋のごま和え (さつま芋、玉ねぎ、しょう油、砂糖、すりごま)	すまし汁 (三つ葉、ごぼう、しょう油、塩)		バターソフト(いちごジャム)、牛乳	
5	水	クラッカー 牛乳	麦茶	ロールパン (マカロニ、えび、玉ねぎ、ブロッコリー、コーン缶、バター、ホワイトソース缶、スキムミルク、牛乳、コンソメ、ビザ用チーズ、パン粉)	マカロニグラタン (マカロニ、えび、玉ねぎ、ブロッコリー、コーン缶、バター、ホワイトソース缶、スキムミルク、牛乳、コンソメ、ビザ用チーズ、パン粉)		小松菜のソテー (小松菜、にんじん、鶏がら、オリーブ油)		オレンジ	ビビンバごはん、牛乳 (米、鶏ひき肉、にんじん、チンゲン菜、しょう油、砂糖、鶏がら、にんにく、しょうが、ごま油)	
6	木	にぼし 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	バーベキューチキン (鶏もも肉、ケチャップ、中濃ソース、しょう油、砂糖、にんにく、しょうが、バジル粉)	もやしとにらの炒め物 (もやし、にら、コンソメ、油)	シーザーサラダ (レタス、にんじん、玉ねぎ、ヨーグルト、にんにく、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (小ねぎ、えのき、みそ)		麩の抹茶ラスク、牛乳 (麩、抹茶、砂糖、バター)	
7	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの梅風味焼き (さわら、しょう油、酒、みりん、梅干し)	じゃが芋の煮物 (じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、しょう油、砂糖、油)	きくらげの中華和え (きくらげ、きゅうり、ごま、鶏がら、ごま油)	すまし汁 (高野豆腐、わかめ、しょう油、塩)		シュガーレーズンパン、牛乳	
8	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	鶏肉ときのこの和風スパゲッティ (スパゲッティ、鶏もも肉、まいたけ、小松菜、にんじん、しょう油、にんにく、鶏がら、オリーブ油)			オニオンスープ (玉ねぎ、キャベツ、グリーンピース、コンソメ)		はっさく	ツナマヨおにぎり、牛乳 (米、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク、のり)	
10	月	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かじきのソテー おろしソース (かじき、片栗粉、油、大根、ポン酢、砂糖、バター)	きんぴらごぼう (にんじん、ごぼう、しょう油、砂糖、ごま油)	チンゲン菜のお浸し (チンゲン菜、もやし、しょう油、砂糖)	ジンジャースープ (白菜、しめじ、鶏がら、しょうが)		ワンタン麺、牛乳 (中華麺、鶏ひき肉、ワンタンの皮、ねぎ、キャベツ、しょう油、鶏がら、にんにく、ごま油)	
11	火	建国記念の日									
12	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	厚揚げのケチャップ炒め (厚揚げ、豚ひき肉、玉ねぎ、ケチャップ、トマト缶、にんにく、しょうが、砂糖、鶏がら、油)	かぶの豆乳煮込み (かぶ、かぶの葉、にんじん、豆乳、コンソメ)	かぼちゃの大学芋風 (かぼちゃ、しょう油、砂糖、ごま、油)	みそ汁 (ほうれん草、ひじき、みそ)		鮭と塩昆布の炊き込みごはん、牛乳 (米、鮭フレーク、塩昆布、小ねぎ、めんつゆ、鶏がら、油)	
13	木	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	高菜じゃこごはん (米、高菜、ちりめんじゃこ、しょう油、油)	スパイシー唐揚げ (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)	野菜のオープン焼き (キャベツ、にんじん、エリンギ、鶏がら、バジル粉)	カリフラワーのみそドレサラダ (カリフラワー、コーン缶、みそ、酢、砂糖、オリーブ油)	スープ (玉ねぎ、水菜、コンソメ)	いちご	ココアマーレードケーキ、牛乳 (小麦粉、卵、バター、砂糖、ココアパウダー、B.P、マーレードジャム、粉砂糖)	
14	金	ブルー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ぶりのガーリックソテー (ぶり、酒、ガーリックパウダー、塩)	さつま芋のバターグリル (さつま芋、クリームチーズ、バター、砂糖)	ハムのレモンマリネ (ハム、玉ねぎ、レタス、レモン汁、砂糖、油、塩)	すまし汁 (大根、にんじん、しょう油、塩)		豚まんおやき、牛乳	
15	土	クラッカー 牛乳	麦茶	照り焼きチキン丼 (米、鶏もも肉、もやし、にんじん、えのき、しょう油、砂糖、酒、オイスターソース、ごま、油)			コロコロサラダ (赤パプリカ、ミックスピーズ缶、きゅうり、酢、砂糖、塩、油)		いよかん	マカロニ黒蜜きな粉、牛乳 (マカロニ、きな粉、砂糖、スキムミルク、黒蜜、塩)	
17	月	にぼし 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	お好み焼き風オムレツ (卵、桜えび、キャベツ、スキムミルク、揚げ玉、青のり、かつお節、マヨネーズ、中濃ソース)	切干大根の炒め物 (切干大根、にんじん、中華あじ、油)	ナムル (チンゲン菜、玉ねぎ、しょう油、酢、砂糖、塩、ごま油)	みそ汁 (かぶ、かぶの葉、油揚げ、みそ)		メープルフルーツヨーグルト、牛乳 (ヨーグルト、黄桃缶、みかん缶、砂糖、コーンフレーク、メープルシロップ)	
18	火	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かれいのごま焼き (かれい、しょう油、酒、砂糖、ごま)	里芋の煮物 (里芋、まいたけ、グリーンピース、しょう油、砂糖)	白菜の浅漬け (白菜、にんじん、しょうが、塩)	すまし汁 (とろろ昆布、玉ねぎ、しょう油、塩)		ミルクブレッド、牛乳	
19	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	カレーライス (米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、カレールウ、スキムミルク、りんごジャム、油)			茹でブロッコリー (ブロッコリー、塩)		りんごゼリー (りんごジュース、砂糖、寒天粉)	梅わかめうどん、牛乳 (うどん、なると、わかめ、ねぎ、梅干し、めんつゆ)	
20	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)	すき焼き鍋 (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、油)				バナナ	あんかけチャーハン、牛乳 (米、レタス、にんじん、かにかまぼこ、しょう油、にんにく、鶏がら、ごま油、片栗粉)	
21	金	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	サーモンのタルタルソースがけ (サーモン、片栗粉、ピクルス、マヨネーズ、パセリ粉、酢、砂糖、塩)	大根ステーキ (大根、小ねぎ、バター、ポン酢、塩)	水菜のにんじんドレッシングサラダ (水菜、玉ねぎ、にんじん、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	豆乳スープ (キャベツ、赤パプリカ、豆乳、鶏がら)		チーズパン、牛乳	
22	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶	クリーミーたらこうどん (うどん、たらこ、玉ねぎ、ほうれん草、ホワイトソース缶、牛乳、スキムミルク、鶏がら、塩、オリーブ油)			かぼちゃのサラダ (かぼちゃ、きゅうり、レーズン、酢、砂糖、塩、油)		グレープフルーツ	ウインナーおにぎり、牛乳 (米、ウインナー、ミックスベジタブル、コンソメ、油、のり)	
24	月	振替休日									
25	火	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ハンバーグ (鶏ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、大豆、パン粉、牛乳、ハヤシルウ)	バジルポテト (じゃが芋、バジル粉、鶏がら)	ブロッコリーのオーロラソース (ブロッコリー、にんじん、マヨネーズ、スキムミルク、ケチャップ)	スープ (水菜、もやし、コンソメ)		ストロベリーブレッド、牛乳	
26	水	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	ちくわの中華炒め (ちくわ、小松菜、玉ねぎ、鶏がら、オイスターソース、しょうが、みりん、酒、油)	にらチヂミ (にら、小麦粉、片栗粉、しょう油、砂糖、ごま油)	春雨サラダ (春雨、にんじん、きくらげ、練りごま、酢、砂糖)	すまし汁 (ごぼう、白菜、しょう油、塩)		クリームチーズクッキー、牛乳 (小麦粉、砂糖、バター、クリームチーズ、粉砂糖)	
27	木	にぼし 牛乳	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、ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、パセリ粉、油、小麦粉)			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)		オレンジ	ツナピラフ、牛乳 (米、ツナ缶、しめじ、にんじん、コンソメ、油)	
28	金	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	焼きさば (さば、酒、塩)	がんもの煮物 (がんもどき、にんじん、いんげん、しょう油、砂糖)	レタスとささみのねぎ塩サラダ (鶏ささみ、サニーレタス、水菜、酒、ねぎ、しょう油、鶏がら、にんにく、塩、ごま油)	みそ汁 (玉ねぎ、かぼちゃ、みそ)		コーンパン、牛乳	
29	土	ブルー 牛乳	麦茶	回鍋肉丼 (米、豚肩肉、キャベツ、玉ねぎ、赤ピーマン、みそ、しょう油、中華あじ、酒、砂糖、油、片栗粉)			ほうれん草のなめたけ和え (ほうれん草、にんじん、なめたけ)		りんご	あんこパイ、牛乳 (パイシート、つぶあん)	

3日(月)節分、13日(木)誕生会、20日(木)鍋パーティー

【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

