

2月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日	曜	献立名	食品名	おやつ	
2	月	牛乳	ゆかりごはん	米・ゆかりふりかけ	牛乳
			鶏肉と大根炒め	鶏もも肉・だいこん・葉ねぎ	メープルおさつ
			かぼちゃ煮	かぼちゃ	さつまいも・メープルシロップ
			味噌汁/りんご	豆腐・ながねぎ・なめこ	
3	火	牛乳	鬼ご飯	米・鶏挽肉・たまねぎ・にんじん・海苔の佃煮	牛乳
			ぶりの照り焼き	ぶり	鬼のパンツクッキー
			ほうれん草の胡麻和え	ほうれんそう・にんじん・すりごま	米粉・ココア・バター
			節分汁/いちご	ゆで大豆・だいこん・にんじん・ごぼう・こんにやく・油揚げ・葉ねぎ	かぼちゃパウダー
4	水	牛乳	スタミナ丼	米・豚肉・たまねぎ・にら・にんにく	牛乳
			わかめサラダ	わかめ・きゅうり・もやし・中華ドレ	カレーポップコーン
			中華スープ	たまねぎ・えのき・にんじん・はくさい	ポップコーン豆・カレー粉
			オレンジ		
5	木	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
			鶏肉の梅肉焼き	鶏肉・梅肉	きつねのスコン
			れんこんサラダ	れんこん・にんじん・ひじき・えだまめ・和ドレ	米粉・きな粉・BP・ココア
			清汁/バナナ	ほうれん草・油揚げ・にんじん・えのき	
6	金	牛乳	ミートスパゲティ	スパゲティ・豚挽肉・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト缶・トマトピューレ・粉チーズ	お茶
			キャベツサラダ	キャベツ・にんじん・洋ドレ	しらすとわかめのおにぎり
			オニオンスープ	たまねぎ・にんじん・パセリ缶	米・しらす・わかめ・白ごま
			いちご		
7	土	牛乳	混ぜご飯	米・鶏もも肉・にんじん・ごぼう・こんにやく・しめじ	牛乳
			小松菜とちくわの和え物	こまつな・ちくわ・にんじん・和ドレ	セサミトースト
			味噌汁	じゃがいも・たまねぎ・葉ねぎ	食パン・マーガリン・すりごま
			バナナ		
9	月	牛乳	ごはん	米	お茶
			回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・赤パプリカ・長ねぎ・にんにく	おせんべい
			きゅうりの昆布和え	きゅうり・塩昆布	ヨーグルト
			豆腐スープ/りんご	豆腐・えのき・にんじん・にら	
10	火	牛乳	食パン	食パン	お茶
			鮭のかりかり焼き	鮭・にんにく・マヨドレ・コーンフレーク	肉団子スープ
			マッシュポテト	じゃがいも・バター	豚挽肉・たまねぎ・はるさめ
			ほうれん草スープ/オレンジ/牛乳	ほうれんそう・たまねぎ・ベーコン	にんじん・チンゲン菜
12	木	牛乳	ごはん	米	牛乳
			肉野菜炒め	鶏肉・たまねぎ・にんじん・もやし・キャベツ	おからドーナツ
			トマト	トマト	米粉・おから・BP
			味噌汁	かぶ・かぶ葉・油揚げ・にんじん	
			バナナ		
13	金	牛乳	ハヤシライス	米・豚肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・エリンギ・ルウ	牛乳
			カリフラワーサラダ	カリフラワー・ブロッコリー・コーン・洋ドレ	おかか昆布おにぎり
			いちご		米・かつおぶし・塩昆布
14	土	牛乳	味噌豚丼	米・豚肉・たまねぎ・長ねぎ・白ごま	牛乳
			キャベツのしらす和え	キャベツ・にんじん・しらす	ココアラスク
			清汁	わかめ・たまねぎ・しめじ	フランスパン・バター・ココア
			バナナ		

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※メニューの内容をご確認いただき、まだ食べたことのない食品がありましたら、

保育園で食べる前に、ご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。

★は今月の世界料理です。



日	曜	献立名	食品名	おやつ	
16	月	牛乳	ゆかりごはん	米・ゆかりふりかけ	牛乳
			鶏肉と大根炒め	鶏もも肉・だいこん・葉ねぎ	メープルおさつ
			かぼちゃ煮	かぼちゃ	さつまいも・メープルシロップ
			味噌汁/りんご	豆腐・ながねぎ・なめこ	
17	火	牛乳	ごはん	米	牛乳
			ハンバーグ	豚挽肉・豆腐・たまねぎ	黒ごまチーズホットケーキ
			茹でブロッコリー	ブロッコリー	ホットケーキ粉・チーズ・黒ごま
			★ロヒ・ケイト/いちご	鮭・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・牛乳・生クリーム・バター	
18	水	牛乳	スタミナ丼	米・豚肉・たまねぎ・にら・にんにく	牛乳
			わかめサラダ	わかめ・きゅうり・もやし・中華ドレ	カレーポップコーン
			中華スープ	たまねぎ・えのき・にんじん・はくさい	ポップコーン豆・カレー粉
			オレンジ		
19	木	牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
			鶏肉の梅肉焼き	鶏肉・梅肉	きつねのスコン
			れんこんサラダ	れんこん・にんじん・ひじき・えだまめ・和ドレ	米粉・きな粉・BP・ココア
			清汁/バナナ	ほうれん草・油揚げ・にんじん・えのき	
20	金	牛乳	ミートスパゲティ	スパゲティ・豚挽肉・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト缶・トマトピューレ・粉チーズ	お茶
			キャベツサラダ	キャベツ・にんじん・洋ドレ	しらすとわかめのおにぎり
			オニオンスープ	たまねぎ・にんじん・パセリ缶	米・しらす・わかめ・白ごま
			いちご		
21	土	牛乳	混ぜご飯	米・鶏もも肉・にんじん・ごぼう・こんにゃく・しめじ	牛乳
			小松菜とちくわの和え物	こまつな・ちくわ・にんじん・和ドレ	プティブラン
			味噌汁	じゃがいも・たまねぎ・葉ねぎ	
			バナナ		
24	火	牛乳	食パン	食パン	お茶
			鮭のかりかり焼き	鮭・にんにく・マヨドレ・コーンフレーク	肉団子スープ
			マッシュポテト	じゃがいも・バター	豚挽肉・たまねぎ・はるさめ
			ほうれん草スープ/オレンジ/牛乳	ほうれんそう・たまねぎ・ベーコン	にんじん・チンゲン菜
25	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			鶏肉のバーベキュー焼き	鶏もも肉・たまねぎ・りんご・にんにく	ロシアンクッキー
			もやしサラダ	もやし・きゅうり・にんじん・ハム・中華ドレ	マーガリン・小麦粉・いちごジャム
			チンゲン菜スープ/バナナ	ちんげんさい・たまねぎ・にんじん・コーン	
26	木	牛乳	㊦-ランチ		牛乳
			ごはん	米	バナナキャラメルケーキ
			かじきの竜田揚げ	かじき・しょうが	小麦粉・卵・BP・バナナ
			ほうれん草のなめ茸和え	ほうれんそう・にんじん・なめたけ	
			けんちん汁/りんご	だいこん・にんじん・ごぼう・長ねぎ・さといも・油揚げ	
27	金	牛乳	ハヤシライス	米・豚肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・エリンギ・ルウ	お茶
			カリフラワーサラダ	カリフラワー・ブロッコリー・コーン・洋ドレ	おかか昆布おにぎり
			いちご		米・かつおぶし・塩昆布
28	土	牛乳	味噌豚丼	米・豚肉・たまねぎ・長ねぎ・白ごま	牛乳
			キャベツのしらす和え	キャベツ・にんじん・しらす	ココアラスク
			清汁	わかめ・たまねぎ・しめじ	フランスパン・バター・ココア
			バナナ		

今月の目標栄養価
 乳児 カロリー 464kcal たんぱく質 16.4g 脂質 15.6g 塩分 1.5g
 幼児 カロリー 623kcal たんぱく質 23.1g 脂質 22.6g 塩分 2.1g

