2月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日	曜	午前おやつ	献立名	食品名	おやつ
1	木	牛乳	ごはん	米	お茶
			ちゃんちゃん焼き	鮭・キャベツ・玉ねぎ・人参・しめじ・バター	フルーツヨーグルト
			粉ふき芋	じゃが芋	バナナ・いちご・みかん缶
			清汁 / 果物	小松菜・椎茸・あられ麩	もも缶・ヨーグルト
2	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			いわしのかば焼き	鰯・小麦粉（0・1歳児はカレイ）	鬼蒸しパン
			ほうれん草サラダ	ほうれん草・もやし・人参・ごま・中華ドレ	蒸しパンMix粉・牛乳・さつま芋・レモン汁
			節分汁 / 果物	大豆・大根・人参・ごぼう・油揚げ	苺パウダー・南瓜パウダー・チョコペン
3	土	牛乳	ピラフ	米・玉ねぎ・ピーマン・ハム	牛乳
			カラフルサラダ	大根・胡瓜・人参・ツナ・洋ドレ	プティブラン
			キャベツスープ / 果物	キャベツ・玉ねぎ・コーン	
5	月	牛乳	ごはん	米	牛乳
			ぶり大根	ぶり・大根	チーズのパンケーキ
			白菜の昆布和え	白菜・人参・塩昆布	ホットケーキMix粉・牛乳
			味噌汁 / 果物	小松菜・長ねぎ・しめじ・油揚げ	チーズ・ベーコン
6	火	牛乳	タンメン	生中華麺・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・豚肉	お茶
			南瓜サラダ	南瓜・胡瓜・ハム・マヨネーズ	するがごはん
			果物		米・しらす・桜えび
					炊き込みわかめ
7	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			照り焼きチキン	鶏肉	パリパリピザ
			いんげんのおかか和え	いんげん・人参・もやし・かつおぶし	餃子の皮・チーズ・ベーコン
			豚汁 / 果物	豚肉・大根・人参・ごぼう・長ねぎ・こんにゃく・油揚げ	玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ
8	木	牛乳	根菜カレー	米・豚肉・玉ねぎ・人参・大根・ごぼう・れんこん・こんにゃく・ルウ	牛乳
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・しめじ・ベーコン・和ドレ	コーンフレークバー
			果物		コーンフレーク
					マシュマロ・バター
9	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			たらのホイル焼き	たら・しめじ・人参・玉ねぎ	どらやき
			★えび大根（栃木）	大根・桜えび	小麦粉・卵・はちみつ
			味噌汁 / 果物	豆腐・なめこ・わかめ・油揚げ	重曹・小豆
10	土	牛乳	混ぜご飯	米・鶏肉・人参・ごぼう・白滝・いんげん	牛乳
			コーンサラダ	コーン・キャベツ・胡瓜・人参・中華ドレ	せんべい
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・わかめ・厚揚げ	ビスケット
13	火	牛乳	ホットドッグ	ドッグパン・ウィンナー・キャベツ	お茶
			ジャーマンポテト	じゃが芋・玉ねぎ・ブロッコリー・ベーコン	きのこぞうすい
			ほうれん草スープ	ほうれん草・玉ねぎ・コーン	米・椎茸・えのき・なめこ
			牛乳 / 果物	牛乳	人参・万能ねぎ・油揚げ
14	水	牛乳	麦ごはん	米・麦	牛乳
			チンジャオロース	豚肉・ピーマン・赤パプリカ・たけのこ・オイスターソース	型抜きクッキー
			中華胡瓜	胡瓜・ごま・生姜・にんにく	小麦粉・バター
			わかめスープ / 果物	わかめ・もやし・玉ねぎ・春雨	ココアパウダー
15	木	牛乳	ごはん	米	牛乳
			ちゃんちゃん焼き	鮭・キャベツ・玉ねぎ・人参・しめじ・バター	メロンパン
			粉ふき芋	じゃが芋	
			清汁 / 果物	小松菜・椎茸・あられ麩	

今月の目標栄養価　乳児　カロリー　506kcal　たんぱく質　19.2g　脂質　15.3g

幼児　カロリー　578kcal　たんぱく質　22.1g　脂質　16.4g

日	曜	午前おやつ	献立名	食品名	おやつ
16	金	牛乳	ふりかけごはん	米・かつおぶし・ごま	お茶
			豆腐のまさご揚げ	豆腐・鶏挽肉・えびすり身・人参・長ねぎ・じゃこ・卵	フルーツヨーグルト
			春菊のごま和え	春菊・ほうれん草・人参・えのき・ごま	バナナ・いちご・みかん缶
			味噌汁 / 果物	キャベツ・玉ねぎ	もも缶・ヨーグルト
17	土	牛乳	ピラフ	米・玉ねぎ・ピーマン・ハム	牛乳
			カラフルサラダ	大根・胡瓜・人参・ツナ・洋ドレ	プティブラン
			キャベツスープ / 果物	キャベツ・玉ねぎ・コーン	
19	月	牛乳	ごはん	米	牛乳
			ぶり大根	ぶり・大根	チーズのパンケーキ
			白菜の昆布和え	白菜・人参・塩昆布	ホットケーキMix粉・牛乳
			味噌汁 / 果物	小松菜・長ねぎ・しめじ・油揚げ	チーズ・ベーコン
20	火	牛乳	タンメン	生中華麺・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・豚肉	お茶
			南瓜サラダ	南瓜・胡瓜・ハム・マヨネーズ	するがごはん
			果物		米・しらす・桜えび
					炊き込みわかめ
21	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			照り焼きチキン	鶏肉	アメリカンドッグ
			いんげんのおかか和え	いんげん・人参・もやし・かつおぶし	ウィンナー・ケチャップ・小麦粉
			豚汁 / 果物	豚肉・大根・人参・ごぼう・長ねぎ・こんにゃく・油揚げ	ホットケーキMix粉・牛乳
22	木	牛乳	β-ランチ		牛乳
			ごはん	米	いちごタルト
			肉巻き	豚肉・人参・いんげん・チーズ	牛乳・卵・小麦粉
			ブロッコリーツナサラダ	ブロッコリー・ツナ・洋ドレ	タルト・いちご
			トマト	トマト	
			豆乳スープ / 果物	白菜・玉ねぎ・マッシュルーム・チンゲン菜・ベーコン・豆乳	
24	土	牛乳	混ぜご飯	米・鶏肉・人参・ごぼう・白滝・いんげん	牛乳
			コーンサラダ	コーン・キャベツ・胡瓜・人参・中華ドレ	せんべい
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・わかめ・厚揚げ	ビスケット
26	月	牛乳	ごはん	米	牛乳
			たらのホイル焼き	たら・しめじ・人参・玉ねぎ	どらやき
			★えび大根（栃木）	大根・桜えび	小麦粉・卵・はちみつ
			味噌汁 / 果物	豆腐・なめこ・わかめ・油揚げ	重曹・小豆
27	火	牛乳	ホットドッグ	ドッグパン・ウィンナー・キャベツ	お茶
			ジャーマンポテト	じゃが芋・玉ねぎ・ブロッコリー・ベーコン	きのこぞうすい
			ほうれん草スープ	ほうれん草・玉ねぎ・コーン	米・椎茸・えのき・なめこ
			牛乳 / 果物	牛乳	人参・万能ねぎ・油揚げ
28	水	牛乳	麦ごはん	米・麦	牛乳
			チンジャオロース	豚肉・ピーマン・赤パプリカ・たけのこ・オイスターソース	スコーン
			中華胡瓜	胡瓜・ごま・生姜・にんにく	小麦粉・BP・バター
			わかめスープ / 果物	わかめ・もやし・玉ねぎ・春雨	牛乳・メープルシロップ
29	木	牛乳	根菜カレー	米・豚肉・玉ねぎ・人参・大根・ごぼう・れんこん・こんにゃく・ルウ	牛乳
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・しめじ・ベーコン・和ドレ	コーンフレークバー
			果物		コーンフレーク
					マシュマロ・バター

★印は今月の郷土料理です。

※午前おやつは、乳児のみの提供となります。

※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※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。