

保育所てんとう虫 2020年 2月の献立表

☆は手作り

日	曜日	行事	幼児食献立	3色の食品群			3時のおやつ
				【きいろ】 熱や力になるもの	【あか】 血や骨になるもの	【みどり】 体の調子を整えるもの	
3	月	節分会 お話し会	ごはん ポークビーンズ 切り干し大根とひじきのサラダ ☆ゼリー	米 きび糖 オリーブオイル つぶあん 薄力粉 米油 酢	豚肉 大豆 牛乳 ひじき	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく 切り干し大根 トマト缶	牛乳 節分豆 小倉蒸しパン
4	火		ごはん 鮭のクリームシチュー キャベツとコーンのサラダ ☆ゼリー	米 米油 薄力粉 粗糖 クリームシチュールウ 食パン	鮭 豆乳	人参 キャベツ 玉ねぎ コーン きゅうり	牛乳 ジャムトースト
5	水	英語で遊 ぼう	ごはん みそ汁 関東煮 春雨の和え物 ☆ゼリー	米 きび糖 米油 薄力粉 レーズン 春雨 酢	鶏肉 牛乳 こんにゃく 豆腐 わかめ	人参 レンコン コーン ごぼう 玉ねぎ きゅうり	牛乳 ☆レーズンクッキー
6	木		肉まん 中華スープ ブロッコリーとコーンのサラダ ☆ゼリー	米 ごま油 きび糖 片栗粉 ごま 薄力粉 強力粉 米油	豚肉 豆腐 わかめ ツナ	人参 玉ねぎ 干しシイタケ にんにく しょうが コーン ブロッコリー タケノコ水煮	お茶 ☆ツナおにぎり
7	金		瀬戸焼きそば コンソメスープ ブロッコリー胡麻和え ☆ゼリー	米 きび糖 ごま油 米油 焼きそば麺 ごま油	豚肉 胡麻 わかめ	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく キャベツ コーン ブロッコリー	お茶 ☆ゆかりおにぎり
10	月		豚丼 みそ汁 人参といんげんのソテー ☆ゼリー	米 米油 きび糖 薄力粉 ごま	豚肉 豆腐 牛乳 わかめ 高野豆腐	人参 玉ねぎ いんげん	牛乳 ☆ゴマビスケット
12	水	避難訓練 身体測定	ハヤシライス 豆ひじきサラダ ☆ゼリー	米 米油 薄力粉 粗糖 ハヤシルウ	豚肉 豆乳 ひじき 牛乳 大豆	人参 玉ねぎ コーン きゅうり	牛乳 お菓子
13	木		ごはん 野菜と鶏のうま煮 みそ汁 ☆ゼリー	米 きび糖 ごま油	鶏肉 豆乳 こんにゃく	しょうが 人参 いんげん 玉ねぎ しいたけ ごぼう コーン <u>りんご</u>	お茶 ☆わかめおにぎり
14	金		ごはん 焼売 添え野菜 中華スープ ☆ゼリー	米 きび糖 ごま油 焼売の皮	豚肉 豆腐 わかめ 牛乳	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ しいたけ	牛乳 ☆バナナ蒸しパン
17	月		ごはん おひたし 肉じゃが みそ汁 ☆ゼリー	米 米油 きび糖 薄力粉 じゃがいも レーズン	豆腐 豚肉 わかめ 納豆 牛乳	玉ねぎ 人参	牛乳 ☆レーズンクッキー
18	火		ごはん 鶏のから揚げ 中華スープ 野菜炒め ☆ゼリー	米 きび糖 米油 片栗粉 食パン ジャム	鶏肉 豆腐 わかめ 牛乳	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ コーン キャベツ ピーマン	牛乳 ☆ジャムサンド
19	水	2歳児 消防署 見学	かぼちゃのカレーライス ツナサラダ ☆ゼリー	米 米油 薄力粉 粗糖 ハヤシルウ レーズン	鶏肉 豆乳 ツナ	人参 キャベツ 玉ねぎ かぼちゃ コーン きゅうり	牛乳 ☆レーズンクッキー
20	木		三色そばろ丼 みそ汁 ☆ゼリー	米 米油 薄力粉 粗糖 食パン	鶏肉 牛乳 豆腐 わかめ 高野豆腐	人参 玉ねぎ いんげん コーン もやし	牛乳 ☆ラスク
21	金		ミートスパゲッティ キャベツとコーンのサラダ ☆ゼリー	米 きび糖 スパゲッティ麺 オリーブオイル	豚肉 おから わかめ	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく キャベツ コーン トマト缶	お茶 ☆わかめおにぎり
25	火		ごはん ふがしじゃがいも 豆腐ハンバーグ野菜あんかけ みそ汁 ☆ゼリー	米 きび糖 米油 片栗粉 じゃがいも	豚肉 豆腐 わかめ ひじき 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン	牛乳 お菓子
26	水		麻婆丼 胡麻和え 中華スープ ☆ゼリー	米 ごま油 きび糖 薄力粉 ごま	豚肉 牛乳 豆腐 わかめ	人参 玉ねぎ ねぎ いんげん にんにく しょうが コーン	牛乳 ☆コーン蒸しパン
27	木		焼うどん 中華スープ 豆サラダ ☆ゼリー	米 きび糖 ごま油 うどん	豚肉 ひじき 大豆 わかめ 豆腐	しょうが 人参 玉ねぎ ピーマン コーン きゅうり	お茶 ☆五平餅
28	金	お誕生日会	ごはん おひたし 鶏と野菜の照り煮 みそ汁 ☆ゼリー	米 きび糖 米油 つぶあん 食パン	鶏肉 豆腐 わかめ 牛乳 こんにゃく	玉ねぎ 人参 しいたけ ごぼう 小松菜	牛乳 ☆小倉トースト

土曜日 ジャムサンド ヨーグルト フルーツ チーズ 牛乳

*メニューは仕入れにより変更する場合があります。

—— は新しい食材です。