

2がつ 給食献立表



今月登場する旬の食材・果物
いちご
いわし・さば
なばな

*乳児クラスは、9時半頃にビスケットが出ます。
*アレルギー等の確認のため、食べたことのない食材はご家庭で事前に試してみてください。

午後のおやつは、完了食・1歳クラスは『乳児』
2歳・3歳・4歳・5歳クラスは『幼児』欄をご覧ください。

	きょうしやく	ざいよう	おやつ	のみもの	ざいよう
1 土	わふうきのこすばげってい ほうれんそうそてー はくさいとぶたにくのすーぶ いちご	スバゲッティ・ロースハム・玉ねぎ・人参・ピーマン・オリーブ油・塩・醤油・しめじ・えのきたけ・みりん・醤油/ほうれん草・人参・冷凍コーン・サラダ油・塩/豚もも肉・酒・白菜・醤油・塩/いちご	乳児 おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース	
3 月	ちらしすし だいのすもくに いわしのつみれじる	七分つき米・昆布・干し椎茸・ハス・人参・油揚げ・醤油・みりん・さやいんげん・酢・上白糖・塩/水煮大豆・ごぼう・絞こんにやく・人参・ハス・昆布・洗糖・醤油・酒/木綿豆腐・鶏ひき肉・いわし・酒・醤油・生姜・塩・片栗粉・ほうれん草・味噌	乳児 きなこのおはぎ いちご	もち米・七分つき米・きな粉・上白糖・塩/麦茶/いちご 【乳児：牛乳/大根・カットわかめ・醤油・塩】	
4 火	ちきんらいす ぶろっこりーまよいため ★もずくすーぶ	七分つき米・トマトケチャップ・鶏もも肉・玉ねぎ・さやいんげん・サラダ油・トマトケチャップ・塩/ブロッコリー・じゃがいも・人参・冷凍コーン・エッグフリーマーヨネーズ・塩/もずく・小葱・醤油・塩・片栗粉	乳児 れもんしゅがーとーすと	食パン・発酵豆乳マーガリン・レモン果汁・上白糖/牛乳 【乳児：かぼちゃ・玉ねぎ・醤油・塩】	
5 水	きびりごはん ★とりのからあげ (O.1才:とりのからあげふうやき) にんじんしりしり とうふとちんげんさいのみそしる	七分つき米・きび/鶏もも肉・酒・醤油・生姜・片栗粉・揚げ油/人参・もやし・ツナ缶・粉削り・サラダ油・醤油・洗糖・酒/木綿豆腐・青梗菜・味噌	乳児 すいーとぼてともんぶらん (くらっかーつき) りんご	さつまいも・発酵豆乳マーガリン・豆乳・上白糖・クラッカー/牛乳/果物(りんご) 【乳児：シエルマカロニ・じゃがいも・玉ねぎ・トマト・果物(みかん)】	
6 木	★かれーうどん ぶたにくと れんこんのいために よーくると	乾麺・豚もも肉・酒・玉ねぎ・人参・サラダ油・ほうれん草・Aラベルカレールウ・片栗粉・醤油・みりん・塩/豚もも肉・ハス・人参・えのきたけ・ごま油・洗糖・醤油/加糖ヨーグルト	乳児 にんじんけーき	薄力粉・ベーキングパウダー・人参・豆乳・上白糖・サラダ油/飲むヨーグルト【乳児：きゃべつ・ベーコン・冷凍コーン・塩】	
7 金	あわりりごはん ★さばのたつたあげ (O.1才:しろみさかなのたつたあげ) なばなのなむる さわにわん	七分つき米・あわ/さば【乳児：生ダラ】醤油・酒・生姜・片栗粉・揚げ油/菜花・もやし・人参・ごま油・洗糖・醤油/豚もも肉・酒・大根・ごぼう・人参・長ねぎ・醤油・塩・片栗粉	乳児 とうにゅうむしばん たべにぼし	薄力粉・強力粉・上白糖・塩・ベーキングパウダー・サラダ油・豆乳/牛乳 【乳児：さつまいも・えのきたけ・みそ】 【幼児：食べ煮干し】	
8 土	ぶたにくのぷるこぎどん こまつなとしめじのにびたし たまねぎのみそしる いちご	七分つき米・豚もも肉・豚肩ロース・酒・醤油・みりん・洗糖・白ごま・長ねぎ・サラダ油/小松菜・もやし・しめじ・醤油/キャベツ・玉ねぎ・味噌/いちご	乳児 おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース	
10 月	★かれーらいす ★じゃこさらだ むぎぢゃ りんごぜりー	七分つき米・押し麦/豚もも肉・酒・じゃがいも・玉ねぎ・人参・にんにく・りんご・Aラベルカレールウ・豆乳・サラダ油/きゅうり・大根・冷凍コーン・ちりめんじゃこ・生わかめ・醤油・酢・洗糖/麦茶/市販りんごゼリー	乳児 ちゅうかなめし にほしごまちつぶ	七分つき米・豚もも肉・人参・小松菜・酒・醤油・塩・ごま油/麦茶/食べ煮干し・白ごま・洗糖・醤油 【乳児：牛乳/かぶ・かぶ葉・醤油・塩】	
11 火	けんこくきねんのひ				
12 水	あわりりごはん ★さといもころっけ やさいのゆかりあえ おふとはくさいのみそしる	七分つき米・あわ/さといも・じゃがいも・豚ひき肉・玉ねぎ・サラダ油・塩・薄力粉・豆乳・パン粉・揚げ油/もやし・人参・さゆり・醤油/ゆかり/お豆腐・白菜・味噌	乳児 わかめうどん りんご	わかめうどん みかん	乾麺・カットわかめ・長ねぎ・鶏もも肉・みりん・塩・醤油・果物(りんご) 【乳児：牛乳・果物(みかん)】
13 木	ごましおごはん ぶりのしおこうじやき だいこんとにんじのみそに とうふとにらのすましじる	七分つき米・さび・黒ゴマ・塩/ぶり・塩こうじ/大根・人参・豚もも肉・サラダ油・醤油・味噌/木綿豆腐・にら・醤油・塩	乳児 ★あげばんきなこ	丸ばん・揚げ油・きな粉・上白糖/飲むヨーグルト 【乳児：玉ねぎ・油揚げ・味噌】	
14 金	どらいかれー ひじきのはるさめそてー ほうれんそうとぶたにくのすーぶ	七分つき米・塩・カレー粉・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ホールトマト缶・冷凍コーン・にんにく・生姜・サラダ油・トマトケチャップ/ウスターソース・Aラベルカレールウ/干しひじき・ベーコン・もやし・春雨・ごま油・塩/豚もも肉・酒・ほうれん草・人参・醤油・塩	乳児 まーぶるけーき いちご	薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・上白糖・塩・豆乳・サラダ油・プルーン・ジャム・砂糖/牛乳/いちご 【乳児：お豆腐・長ねぎ・醤油・塩】	
15 土	わふうきのこすばげってい ほうれんそうそてー はくさいとぶたにくのすーぶ いちご	スバゲッティ・ロースハム・玉ねぎ・人参・ピーマン・オリーブ油・塩・醤油・しめじ・えのきたけ・みりん・醤油/ほうれん草・人参・冷凍コーン・サラダ油・塩/豚もも肉・酒・白菜・醤油・塩/いちご	乳児 おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース	

節分・立春献立



りんごごみ

たまねぎのかわむき



17 月	ねぎしおちゃーはん さつまいものきんぴら もやしちゅうかすーび	七分つき米・押し麦・醤油・塩・ごま油・豚肩ロース・豚もも肉・長ねぎ・エリンギ・サラダ油・塩・醤油/さつまいも・人参・いんげん・醤油・みりん/豚もも肉・酒・人参・もやし・長ねぎ・にら・塩・醤油	幼児 こめこのまかろにあへかわ	乳児 こめこのまかろにあへかわ だいこんとわかめのすましじる		米粉マカロニ・きな粉・黒砂糖/牛乳 【乳児：大根・カットわかめ・塩・醤油】
18 火	ちきんらいす ぶろっこりーまよいだめ もずくすーび	七分つき米・トマトケチャップ・鶏もも肉・玉ねぎ・さやいんげん・サラダ油・トマトケチャップ・塩/ブロッコリー・じゃがいも・人参・冷凍コーン・エッグフリーマヨネーズ・塩/もずく・小葱・醤油・塩・片栗粉	幼児 れもんしゅがーとーすと	乳児 れもんしゅがーとーすと かぼちゃすーび		食パン・発酵豆乳マギーリン・レモン果汁・上白糖/牛乳 【乳児：かぼちゃ・玉ねぎ・醤油・塩】
19 水	きびいりごはん とりのからあげ (0.1才:とりのからあげふうやき) にんじんしりしり とうふとちんげんさいのみそしる	七分つき米・きび/鶏もも肉・酒・醤油・生姜・片栗粉・揚げ油/人参・もやし・ツナ缶・粉削り・サラダ油・醤油・洗糖・酒/木綿豆腐・青梗菜・味噌	幼児 おかしもりあわせ	乳児 おかしもりあわせ	 	調理師研修 市販菓子 りんごジュース
20 木	かれーうどん ぶたにくとれんこんのいために よーくると	乾麺・豚もも肉・酒・玉ねぎ・人参・サラダ油・ほうれん草・Aラベルカレールウ・片栗粉・醤油・みりん・塩/豚もも肉・ハス・人参・えのきたけ・ごま油・洗糖・醤油/加糖ヨーグルト	幼児 にんじんけーき	乳児 にんじんけーき ぎゃべつとこーんのすーび	 	薄力粉・ベーキングパウダー・人参・豆乳・上白糖・サラダ油/飲むヨーグルト【乳児：きゃべつ・ベーコン・冷凍コーン・塩】
21 金	あわいりごはん さばのたつたあげ (0.1才:しるみさかなのたつたあげ) なばなのなむる さわにわん	七分つき米・あわ/さば【乳児：生ダラ】醤油・酒・生姜・片栗粉・揚げ油/菜花・もやし・人参・ごま油・洗糖・醤油/豚もも肉・酒・大根・こぼろ・人参・長ねぎ・醤油・塩・片栗粉	幼児 とうにゅうむしばん たべにほし	乳児 とうにゅうむしばん さつまいものみそしる	 	薄力粉・強力粉・上白糖・塩・ベーキングパウダー・サラダ油・豆乳/牛乳 【乳児：さつまいも・えのきたけ・みそ】 【幼児：食べ煮干し】
22 土	ぶたにくのぶるこぎどん こまつなとしめじのびたし たまねぎのみそしる いちご	七分つき米/豚もも肉・豚肩ロース・酒・醤油・みりん・洗糖・白ごま・長ねぎ・サラダ油/小松菜・もやし・しめじ・醤油/キャベツ・玉ねぎ・味噌/いちご	幼児 おかしもりあわせ	乳児 おかしもりあわせ	 	市販菓子 りんごジュース
24 月	てんのうたんじょうび ぶりかえきゅうじつ					
25 火	かれーらいす じゃこさだ むぎちゃ りんごぜりー	七分つき米・押し麦/豚もも肉・酒・じゃがいも・玉ねぎ・人参・にんにく・りんご・Aラベルカレールウ・豆乳・サラダ油/きゅうり・大根・冷凍コーン・ちりめんじゃこ・生わかめ・醤油・酢・洗糖/麦茶/市販りんごゼリー	幼児 ちゅうかなめし にほごまろっぴ	乳児 ちゅうかなめし かぶのすましじる	 	七分つき米・豚もも肉・人参・小松菜・酒・醤油・塩・ごま油/麦茶/食べ煮干し・白ごま・洗糖・醤油 【乳児：牛乳/かぶ・かぶ菜・醤油・塩】
26 水	あわいりごはん さといもころっけ やさいのゆかりあえ おふとはくさいのみそしる	七分つき米・あわ/さといも・じゃがいも・豚ひき肉・玉ねぎ・サラダ油・塩・薄力粉・豆乳・パン粉・揚げ油/もやし・人参・きゅうり・醤油・ゆかり/お豆腐・白菜・味噌	幼児 わかめうどん りんご	乳児 わかめうどん みかん	 	乾麺・カットわかめ・長ねぎ・鶏もも肉・みりん・塩・醤油・果物(りんご) 【乳児：牛乳・果物(みかん)】
27 木	ごましおごはん ぶりのしおこうじやき だいこんとにんじんのみそに とうふとにらのすましじる	七分つき米・きび・黒コメ・塩/ぶり・塩こうじ/大根・人参・豚もも肉・サラダ油・洗糖・醤油・味噌/木綿豆腐・にら・醤油・塩	幼児 あげばんきなこ	乳児 あげばんきなこ たまねぎとあひらあげのみそしる	 	丸ばん・揚げ油・きな粉・上白糖/飲むヨーグルト 【乳児：玉ねぎ・油揚げ・味噌】
28 金	★どらいかれー ひじきのほるさめそてー ほうれんそうとぶたにくのすーび	七分つき米・塩・カレー粉・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ホルトマト缶・冷凍コーン・にんにく・生姜・サラダ油・トマトケチャップ/ウスターソース・Aラベルカレールウ/干しひじき・ベーコン・もやし・香葱・ごま油・塩/豚もも肉・酒・ほうれん草・人参・醤油・塩	幼児 まーぶるけーき	乳児 まーぶるけーき おふとながねぎのすましじる	 	薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・上白糖・塩・豆乳・サラダ油・ブルーベリージャム・粉糖/牛乳 【乳児：お豆腐・長ねぎ・醤油・塩】

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩分	食物繊維
1.2歳	549	18.4	15.6	182	2.1	148	0.30	0.20	16	2.1	4.6
3.4.5歳	596	21.1	16.3	169	2.5	155	0.36	0.19	15	2.4	5.4

今月の献立のわらい

- *季節感を取り入れた食品の種類、料理の種類を増やしていきます。
- *運動量が増えるので、献立、おやつにボリュームを持たせます。
- *咀嚼力をつけるような献立を取り入れます。



- 魚**・すずき・かます・すけそうだら
ぶり・ひらめ・金目鯛・かに
- 野菜**・小松菜・ブロッコリー・春菊
ほうれん草・人参・れんこん
うど・こぼろ・セロリ
生しいたけ・白菜・ねぎ・大根
チンゲン菜
- 果物**・りんご・みかん・レモン・いちご

- *献立は、食材の都合により変更することがあります。
- *りんご・梨は2歳は薄切りにし、乳児はみかんに変更して提供します。
- *2歳は今月より幼児食へ移行しています。献立は幼児食をご確認ください。
- *献立の★マークは5才ぶどう組のリクエストメニューです。

節分献立

今年は珍しく2日が節分、3日が立春です。節分とは「季節を分ける」という意味があります。春の始まりが立春なので、その前日が節分とされています。そして、「これから始まる新しい一年が、不幸や災いのない一年になりますように」と、「魔(ま)＝鬼を滅(めつ)する」という言葉から豆をまくようになったともいわれています。また、家の玄関に鬼の嫌いな臭いのする「いわしの頭」と痛い「終のとげ」を飾り、鬼(邪気)の侵入を防ぎます。保育園でも玄関に飾りますので、ご確認ください。

給食では、節分献立として、いわしや大豆のメニューと、立春を祝うちらし寿司を同時に楽しみます。

