

平成29年度

2月給食献立表



堤保育園

日曜	おひる	主な材料	午後のおやつ	主な材料
1 木	ごはん しゅうまい 大根のきんぴら 若布と小松菜の味噌汁	七分つき米 あわ しゅうまいの皮 豚挽き肉 塩 醤油 酒 洗糖 ごま油 玉葱 片栗粉 干し椎茸 コーン 大根 油揚げ 人参 油 洗糖 醤油 さやいんげん 若布 小松菜 葱 味噌	幼児 やきりんご 牛乳	紅玉りんご 洗糖 パター キャベツ 鶏肉 塩
			乳児 やきりんご キャベツスープ	
2 金	ごはん 鶏の唐揚げ青のり風味 大豆の五目煮 いわしのつみれ汁	七分つき米 あわ 鶏肉 酒 醤油 生姜 片栗粉 青のり 油 大豆 ごぼう 板こんにやく 人参 ハス 昆布 洗糖 醤油 酒 豆腐 まいわけし 酒 醤油 生姜 塩 片栗粉 ほうれん草 味噌	幼児 きな粉ラスク 麦茶 りんご	食パン マーガリン きな粉 上白糖 塩 チンゲン菜 えのきたけ 醤油 塩
			乳児 きな粉ラスク チンゲン菜スープ りんご (0.1歳：みかん)	
3 土	ハムチャーハン 肉じゃが煮 えのきと若布のすまし汁	七分つき米 ハム 人参 葱 油 塩 醤油 じゃが芋 豚肉 人参 玉葱 洗糖 醤油 えのきたけ 若布 醤油 塩	幼児 市販菓子 市販ジュース	
			乳児 市販菓子 市販ジュース	
5 月	ちらしずし 鶏肉のみりん焼き つどのきんぴら 吉野汁	七分つき米 酢 上白糖 塩 干し椎茸 油揚げ ハス 板こんにやく 醤油 みりん 人参 塩 上白糖 さやえんどう 鶏肉 しょうゆ みりん 酒 油 うど 人参 小松菜 ごま油 みりん 醤油 豆腐 ぶら えのきたけ 醤油 塩 片栗粉	幼児 手作り苺ジャムサンド 牛乳 煮干しチップ	食パン いちご 上白糖 レモン 玉葱 人参 塩
			乳児 手作り苺ジャムサンド 煮干しチップ (2歳) 玉葱と人参のスープ	
6 火	手作りチキンカレー (0.1歳：ミルクカレー) 切干し大根の煮物 ヨーグルト 麦茶	七分つき米 押し麦 鶏肉 酒 じゃが芋 玉葱 人参 にんにく りんご 塩 牛乳 油 にんにく 玉葱 薄力粉 カレー粉 スキムミルク 油 パター 醤油 ウスターソース ケチャップ	幼児 じゃこわかめ焼きおにぎり 麦茶	七分つき米 醤油 塩 ちりめんじゃこ 若布 醤油 みりん 豆腐 小松菜 味噌
			乳児 じゃこわかめ焼きおにぎり 豆腐と小松菜のすまし汁	
7 水	ロールパン かじきの玉葱ソースがけ キャベツソテー カンジャスープ	かじき 玉葱 醤油 酢 洗糖 キャベツ 人参 ベーコン オリーブ油 塩 鶏肉 にんにく 塩 人参 玉葱 じゃが芋 セロリ チンゲン菜 七分つき米 油 塩 醤油	幼児 中華風おこわ 麦茶 りんご	七分つき米 もち米 生姜 豚肉 干し椎茸 人参 さやいんげん 酒 醤油 塩 ごま油 さつま芋 えのきたけ 味噌
			乳児 中華風おこわ さつま芋の味噌汁 りんご (0.1歳：みかん)	
8 木	ごはん 鶏とポテトの中華炒め もやし炒め 玉葱と油揚げの味噌汁	七分つき米 あわ 鶏肉 酒 醤油 片栗粉 じゃが芋 ビーマン 玉葱 人参 干し椎茸 油 酒 洗糖 醤油 もやし いら 人参 油 塩 醤油 玉葱 油揚げ 味噌	幼児 ピザパイ 牛乳	冷凍ハイシート ケチャップ ほうれん草 ツナ缶 シュレットチーズ かぶ 醤油 塩
			乳児 ピザパイ かぶのスープ	
9 金	ごはん 豚肉のあまから炒め 小松菜と油揚げの煮浸し きりたんぼ汁	七分つき米 あわ 豚肉 酒 醤油 洗糖 玉葱 油 小松菜 油揚げ 洗糖 醤油 鶏肉 ごぼう まいたけ しらたき 人参 葱 きりたんぼ 水菜 醤油 塩 酒 ごま油	幼児 黒糖ちんすこう みかん 牛乳	薄力粉 上白糖 黒砂糖 ラード さつま芋 葱 醤油 塩
			乳児 黒糖ちんすこう みかん さつま芋のすまし汁	
10 土	ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草と人参の煮浸し じゃが芋と若布の味噌汁	七分つき米 豚肉 酒 醤油 生姜 玉葱 油 ほうれん草 人参 醤油 じゃが芋 若布 味噌	幼児 市販菓子 市販ジュース	市販菓子 市販ジュース
			乳児 市販菓子 市販ジュース	
13 火	味噌煮込みうどん 里芋のそぼろ煮 チーズ	乾種 豚肉 油揚げ 白菜 干し椎茸 葱 味噌 醤油 みりん 豚挽き肉 里芋 人参 さやいんげん みりん 洗糖 醤油 油 片栗粉	幼児 チャーハン 麦茶 みかん	七分つき米 醤油 酒 葱 油 塩 油 大根 豆腐 塩 醤油
			乳児 チャーハン みかん 大根のスープ	
14 水	鶏ごぼうおこわ さわらの照り焼き ひじきの煮物 豆腐となめこの味噌汁	もち米 醤油 酒 塩 しめじ 人参 ごぼう 油揚げ 鶏肉 さやえんどう 醤油 みりん さわら 醤油 みりん 生姜 ひじき 人参 豚肉 洗糖 醤油 みりん 油 豆腐 なめこ 葱 味噌	幼児 キャラブクッキー いちご 牛乳	バター マーガリン 上白糖 薄力粉 キャロブ粉 じゃが芋 玉葱 塩
			乳児 キャラブクッキー いちご ポテトスープ	
15 木	ゆかりごはん しゅうまい 大根のきんぴら 若布と小松菜の味噌汁	七分つき米 あわ ゆかり しゅうまいの皮 豚挽き肉 塩 醤油 酒 洗糖 ごま油 玉葱 片栗粉 干し椎茸 コーン 大根 油揚げ 人参 油 洗糖 醤油 さやいんげん 若布 小松菜 葱 味噌	幼児 ポテトグラタン 牛乳 みかん	じゃが芋 ウインナー マヨネーズ 豆乳
			乳児 ポテトグラタン キャベツスープ みかん	
16 金	わかめごはん チキンカツ 大豆の五目煮 かぶの味噌汁	七分つき米 醤油 酒 塩 若布 醤油 鶏肉 塩 酒 薄力粉 豆乳 パン粉 大豆 ごぼう 板こんにやく 人参 ハス 洗糖 醤油 酒 かぶ 味噌	幼児 きな粉ラスク 麦茶 りんご	食パン マーガリン きな粉 上白糖 塩 チンゲン菜 えのきたけ 醤油 塩
			乳児 きな粉ラスク りんご (みかん) チンゲン菜のスープ	

節分メニュー

節分とは季節が変わる節目の日です。

2歳

4さい クラスでパンを温めます。



17 土	ハムチャーハン 肉じゃが煮 えのきと若布のすまし汁	七分つき米 ハム 人参 葱 油 塩 醤油 じゃが芋 豚肉 人参 玉葱 洗 糖 醤油 えのきだけ 若布 醤油 塩	幼児 市販菓子 市販ジュース	乳児 市販菓子 市販ジュース							
19 月	ツナ味噌佃煮ごはん にらの寄せ焼き ほうれん草と人参の煮浸し 豆腐と葱の味噌汁	七分つき米 あわ ツナ缶 生姜 酒 味噌 洗糖 みりん 豚挽き肉 キャバ ツ にら にんにく パン粉 ごま油 酒 塩 醤油 油 ほうれん草 人参 醤油 豆腐 葱 味噌	幼児 手作りりんごジャムサンド 煮干しチップ 牛乳	食パン 紅玉りんご 上白糖 煮干し 洗糖 醤油 人参 玉葱 塩							
20 火	手作りチキンカレー (乳児：ミルクカレー) 切干大根の煮物 ヨーグルト  2歳	七分つき米 押し麦 鶏肉 酒 玉葱 人参 にんにく りんご 塩 牛乳 油 薄力粉 カレー粉 スキムミルク パ ター 醤油 ウスターソース ケチャッ プ 切干大根 油揚げ 干し椎茸 人参 洗糖 醤油	幼児 じゃこわかめ焼きおにぎり 麦茶	七分つき米 醤油 塩 ち りめんじゃこ 若布 醤油 みりん 豆腐 小松菜 味 噌							
21 水	チーズパン かじきの玉葱ソースがけ キャベツソテー クリームシチュー	かじき 玉葱 酢 洗糖 醤油 キャバ ツ 人参 ベーコン オリーブ油 塩 鶏肉 白菜 じゃが芋 人参 玉葱 エ リンギ 油 パター 薄力粉 牛乳 塩	幼児 大学芋 麦茶 りんご	さつま芋 油 洗糖 醤油							
22 木	ごはん 鶏とじゃが芋の煮物 もやし炒め 玉葱と油揚げの味噌汁 しか組み別れ遠足 	七分つき米 あわ 鶏肉 酒 醤油 片 栗粉 じゃが芋 玉葱 人参 干し椎茸 油 酒 洗糖 醤油 もやし にら 人 参 油 塩 醤油 玉葱 油揚げ 味噌	幼児 ピザパイ 牛乳	冷凍パイシート ケチャッ プ ほうれん草 ツナ缶 シュレットチーズ かぶ 醤油 塩							
23 金	ごはん 豚肉のあまから炒め 小松菜と油揚げの煮浸し きりたんぼ汁	七分つき米 あわ 豚肉 酒 醤油 洗 糖 玉葱 油 小松菜 油揚げ 洗糖 醤油 鶏肉 ごぼう まいたけ しらた き 人参 葱 きりたんぼ 水菜 醤油 塩 酒 ごま油	幼児 カレーパン 牛乳	食パン 豚挽き肉 玉葱 油 カレールウ 薄力粉 パン粉 油 さつま芋 葱 塩 醤油							
24 土	ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草と人参の煮浸し じゃが芋と若布の味噌汁	七分つき米 豚肉 酒 醤油 生姜 玉 葱 油 ほうれん草 人参 醤油 じゃ が芋 若布 味噌	幼児 市販菓子 市販ジュース	市販菓子 市販ジュース							
26 月	ごはん ミートローフ 三色煮 豆腐と葱のすまし汁	七分つき米 あわ 豚挽き肉 豆腐 玉 葱 人参 米パン粉 豆乳 油 塩 ケ チャップ ウスターソース じゃが芋 人参 コーン 洗糖 塩 豆腐 葱 醬 油 塩	幼児 焼きビーフン 麦茶	ビーフン 豚肉 塩 酒 人参 キャベツ 塩 醤油 油 青のり チンゲン菜 鶏肉 塩 醤油							
27 火	味噌ラーメン 里芋のそぼろ煮 チーズ	中華麺 豚肉 酒 もやし 白菜 干し 椎茸 人参 油 醤油 塩 洗糖 味噌 酒 ごま油 豚挽き肉 里芋 人参 さ やいんげん みりん 洗糖 醤油 油 片栗粉	幼児 野菜雑炊 みかん 煮干しチップ	七分つき米 かぶ 醤油 塩 煮干し 洗糖 醤油							
28 水	鶏ごぼうおこわ さわらの照り焼き ひじきの煮物 豆腐となめこの味噌汁	もち米 醤油 酒 塩 しめじ 人参 ごぼう 油揚げ 鶏肉 さやえんどう 醤油 みりん さわら 醤油 みりん 生姜 ひじき 人参 豚肉 洗糖 醤油 みりん 油 豆腐 なめこ 葱 味噌	幼児 クッキー いちご 牛乳	バター マーガリン 上白 糖 じゃが芋 玉葱 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才	520kal	19.2g	15.0g	195mg	2.3g	153 μgRE	0.28mg	0.22mg	16mg	2.3g	3.7g
3. 4. 5才	590kal	21.8g	16.3g	162mg	2.4g	157 μgRE	0.32mg	0.18mg	14mg	2.3g	4.5g

【2月の献立のねらい】

- 1 食品・料理の種類を多くとりいれ充分食べられるようにします。
- 2 おやつにポリウムをもたせます。
- 3 咀嚼力をつけるような献立をとりいれています。

【出盛り材料】

魚 ……………はまち まだら さば さより さわら しじみ
 緑黄色野菜……小松菜 春菊 ほうれん草 ブロッコリー かぶの葉
 淡色野菜……れんこん かぶ 生しいたけ 白菜 ねぎ 大根 カリフラワー
 芋類…………里芋
 果物…みかん いちご はっさく いよかん

今月からうさぎ組さんにも



★2日は節分メニュー★
 いわしの臭いで鬼退治！
 大豆製品をしっかり食べ
 て1年元気に過ごしましょ



今年は立春が4日の
 日曜日なので、日に
 ちをずらして、5日に
 立春の献立を入れて