



2月の献立表



認定こども園 豊栄保育園

日	曜	献立	材 料	3時おやつ	材 料	10時おやつ	
1	水	根野菜の胡麻味噌煮 ひじきサラダ 黄桃	米/豚肉 里芋 じゃが芋 人参 大根 ごぼう 蓮根 油揚げ こんにやく すりごま 味噌 ネギ/ひじき 人参 きゅうり キャベツ 半月ちくわ コー ン缶 マヨ/黄桃缶	★チキンナゲット	チキンナゲット 油 ケチャップ	シガービス	
2	木	魚のガーリックバター焼き 添え野菜 味噌汁	米/メルルーサ にんにく バター オリーブオイル 小麦粉/じゃが芋 プ ロッコリー 人参 マヨ/薄揚げ しめじ 人参 白菜 ねぎ いらこ 味噌	バナナ ぼたぼた焼き		マリー	
3	金	節分 イワシバーグ 青菜のおひたし風 鬼除け汁	米 雑穀/イワシのすり身 鶏ひき肉 豆腐 卵 パン粉 しそ 味噌/ほう れん草 小松菜 キャベツ 人参 鰹節 めんつゆ/豚肉 大根 人参 さ さがきごぼう 大豆 こねぎ 味噌 生姜	★鬼ケーキ	HM 枝豆ピューレ 砂糖 豆乳 生ク リーム チョコペン とんがりコーン	ホームパイ	
4	土	ナポリタン 卵スープ	米/スパ麺 オリーブオイル 玉ねぎ 人参 ピーマン ベーコン しめじ ケチャップ コンソメ粉/卵 えのき キャベツ 人参 中華の素 片栗粉	アスターパン		チョコイス	
6	月	もずく丼 中華サラダ ゼリー	米/もずく 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 コーン缶 椎茸 卵 こねぎ 生姜 片栗粉/サリナス ほうれん草 きゅうり 人参 ハム すりごま 鶏ガラ ごま油 酢/ゼリー	★きな粉サンド	食パン きな粉 砂 糖 豆乳	丸ぼうろ	
7	火	鶏の塩唐揚げ スパサ けんちん汁	米 麦/鶏肉 にんにく 鶏ガラ粉 ごま油 片栗粉/スパ麺 きゅうり キャベツ/にんじん ハム マヨ/豆腐 大根 人参 椎茸 ごぼう 白菜 ねぎ	みかん 源氏パイ		ぱりんこ せんべい	
8	水	焼きビーフン わかめときゅうりの酢の物 ふりかけ	米/ビーフン 豚肉 人参 玉ねぎ かまぼこ 半月ちくわ ピーマン 椎 茸 キャベツ/わかめ きゅうり 大根 小松菜 人参 カニ棒 すりごま 酢/ふりかけ	★いちごタルト トースト	食パン いちごジャ ム マーガリン ピザ 用チーズ	ビスコ	
9	木	鮭のポテトクリーム焼き 添え野菜 豆乳スープ	米/鮭 じゃが芋 玉ねぎ クリームコーン缶/プロッコリー トマト マヨ/ 豆乳 ベーコン 白菜 椎茸 コーン缶 ネギ 鶏ガラ粉	プリン バナナ		鉄ウエハース	
10	金	チーズ入りさつま揚げ もやしのナムル なめこの味噌汁	米 雑穀/魚のすり身 豆腐 ピザ用チーズ しそ れんこん 人参 コー ン缶 片栗粉/サリナス 小松菜 人参 きゅうり ハム すりごま ごま油 中華めじ/なめこ とうふ わかめ ねぎ いらこ 味噌	★ちりめんおにぎり	米 ちりめん 鰹節 青のり	卵ポーロ	
11	土	建国記念の日					
13	月	チキンカレー 青菜のおかか和え パン缶	米/鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン缶 カレールウ カレーの王 子様/ほうれん草 こまつな キャベツ きゅうり 人参 カニ棒 鰹節/パ イン缶	チチヤスヨーグルト 瀬戸しお		九州醤油	
14	火	豚肉のアンダレス風 かみかみサラダ すまし汁	米 麦/豚肉 生姜 片栗粉 ウスターソース パン粉/シーチキン キャ ベツ きゅうり 人参 酢 ごま油 すりごま/豆腐 にんじん わかめ え のき こねぎ いらこ	★ハートのクッキー	薄力粉 油 牛乳 砂糖 BP ココア 食紅	ミニドーナツ	
15	水	肉じゃが 大根とじゃこのサラダ ゼリー	米/豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 糸こんにやく 油揚げ いんげん こ ねぎ 生姜/大根 きゅうり 人参 キャベツ ちりめん 海苔 ゴマドレ マヨ/ゼリー	★きな粉揚げパン	ロールパン きな粉 砂糖 油	クラッカー	
16	木	魚のBBQソースかけ 青菜の納豆和え 里芋の味噌汁	米/さわら 片栗粉 玉ねぎ にんにく パセリ 酢/ほうれん草 小松菜 キャベツ にんじん ひじき ひきわり納豆 のり/揚げ 里芋 しめじ 白 菜 ネギ いらこ 味噌	ミロ ココナッツサブレ		Caウエハース	
17	金	切り干し大根の煮物 チキンサラダ オレンジ	米 雑穀/鶏肉 切り干し大根 大根 人参 じゃが芋 ささがき ひじき こねぎ 味噌/チキン水煮 キャベツ きゅうり 人参 コーン 酢/オレンジ	★お麩ラスク (キャラメル風味)	麩 砂糖 牛乳 パ ター	しるこサンド	
18	土	ちゃんぽん 大根の浅漬け	米/豚肉 ちゃんぽん麺 鶏ガラ 鶏ガラ粉 にんにく 玉ねぎ 人参 キャベツ かまぼこちくわ こねぎ/大根 きゅうり 人参 浅漬けの素 す りごま	ヤクルト クリームパン		ココナッツサブレ	
20	月	親子丼 青菜のなめたけ和え 黄桃	米/鶏肉 玉ねぎ 人参 椎茸 かまぼこ ちくわ 卵 キャベツ 小葱 片 栗粉/ほうれん草 小松菜 サリナス なめたけ 鰹節 めんつゆ/黄桃缶	★肉まん風蒸しパン	玉ねぎ 豚ひき肉 生姜 砂糖 HM粉 豆乳 油	星食べよ	
21	火	お誕生日全 ☆お子様ランチ☆ やみつきチキン 青さ汁 ミカン	米/鶏肉 ニンニク マヨ ケチャップ パセリ/マカロニ キャベツ 人参 キュウリ ハム マヨ/グリーンリーフ プロッコリー トマト ウインナー ケチャップ ミニオンポ テ/青のり 豆腐 人参 ねぎ いらこ /みかん ゼリー/ふりかけ	チョコケーキ		アンパンマン ビスケット	
22	水	芋煮風煮物 青菜のフレーク和え ふりかけ	米/豚肉 里芋 じゃが芋 大根 人参 椎茸 糸こんにやく ごぼう 豆腐 深ネギ ねぎ/ほうれん草 小松菜 キャベツ 人参 鮭フレーク/ふりか け	★フレンチトースト	食パン 卵 牛乳 砂糖 パター	白かりんとう	
23	木	天皇誕生日					
24	金	豆腐グラタン 添え野菜 トマト入りコンソメスープ	米 雑穀/豆腐 豚ひき肉 大葉 しめじ 味噌 マヨ ピザ用チーズ/ブ ロッコリー じゃが芋 人参 マヨ/ベーコン ささがきごぼう えのき キャ ベツ ねぎ トマト コンソメ	★さつま芋おにぎり	米 さつま芋 塩 ゴ マ塩	ミニミルクパン	
25	土	けんちんうどん 青菜のごま和え	米/うどん玉 大根 人参 里芋 ささがきごぼう 白菜 豆腐 ねぎ/ほう れん草 小松菜 人参 カニ棒 すりごま	クロワッサン		野菜家族	
27	月	ハヤシライス ツナのスパサ バナナ	米/牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ ハヤシルウ/スパ麺 キャベツ きゅうり 人参 ツナ缶 マヨ/バナナ	★ももフルーチェ	フルーチェの素 牛 乳 黄桃	チョコイス	
28	火	レバーの照り煮 プロッコリーのおかか和え さつま汁	米 麦/鶏レバー 生姜 小葱 片栗粉/プロッコリー 人参 鰹節/鶏肉 さつま揚げ さつま芋 玉ねぎ 人参 ささがきごぼう しいたけ ねぎ 生 姜 味噌	ココア アスパラガスビス		まがりせんべい	

節分にまつわるもの
豆
季節の節を分けるという意味の節には、豆まきをして邪気を祓い清めます。季節の代わり目は天候が不安定なため、病気にかかりやすく、その悪い鬼(病氣)を追い払うのです。豆は煎り豆を使います。生豆を使わないのは、「拾い忘れた豆から芽が出るとうよくないことがある」と言われているからです。

冬のからだ
人間は昼行性動物で、日の出から日の入りまで活動し、日没と共に休憩に入るといふ日リズムを持っています。日の長い季節には活動時間が長く、日の短い冬場は早めに仕事などを切り上げ、休憩の時間を長くするのが自然です。

おしらせ
★は手づくりおやつです
火・麦ごはん
金・雑穀ごはん
※未満児は白ごはんです

