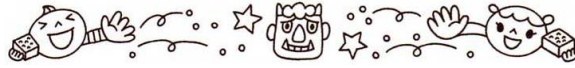


2024年 2月の献立



飯田保育園

日付	曜日	未満児おやつ	未満児主食	おひる	おやつ	主な材料				
						赤：体をつくる	黄：体を動かす	緑：体の調子を整える	その他	
1	木	むぎ茶 人参	ごはん	さばの味噌煮 ポテトサラダ すまし汁	牛乳 りんごのホットケーキ	さば みそ ハム 豆腐 牛乳 / 卵 牛乳 豚挽き肉 豆腐 チーズ	ごはん じゃがいも マヨネーズ ミックス粉 マーガリン メープルシロップ	人参 きゅうり 白菜 ねぎ りんご レーズン		
2	金	やさしいジュース	鮭ごはん	鬼ハンバーグ スパゲッティ ブロッコリーのおかか和え 豆と野菜のスープ	牛乳 お菓子	かつお節 大豆水煮 ウインナー / 牛乳	ごはん パン粉 スパゲッティ	玉葱 ケチャップ ブロッコリー キャベツ 人参 コーン缶		
3	土			肉うどん オレンジ 牛乳	ぶどうジュース お菓子	豚肉 油揚げ 牛乳	うどん お菓子	人参 ねぎ オレンジ		
5	月	飲むヨーグルト	ごはん	チキンカレー コールスローサラダ 福神漬 もも缶 / 牛乳	むぎ茶 みかん お菓子	鶏肉 スキムミルク	ごはん じゃがいも 小麦粉 コールスローレッシング マヨネーズ	玉葱 人参 キャベツ きゅうり 福神漬 もも缶 / みかん	カレールウ	
6	火	ミルク	ごはん	豚とキャベツのおろし和え さつまいもの甘煮 ツナサラダ むぎ茶	牛乳 黒糖クッキー	豚肉 ツナ 牛乳	ごはん さつまいも ごま油 バター 小麦粉	大根 きゅうり 人参 わかめ セロリ	黒糖	
7	水	オレンジジュース	ごはん	ひき入り厚焼き玉子 切干大根の煮物 白菜の塩もみ 牛乳	むぎ茶 みたらし団子	卵 豚挽き肉 油揚げ さつま揚げ	ごはん	ひきき 玉葱 パプリカ 切干大根 人参 白菜		
8	木	むぎ茶 ビスコ	ごはん	豆腐ナゲット かぼちゃチーズのサラダ 和風ミルクスープ	牛乳 メープルポテト	豆腐 鶏ひき肉 卵 チーズ ウインナー スキムミルク 牛乳	ごはん 小麦粉 すりごま マヨネーズ	ケチャップ かぼちゃ 玉葱 人参 小松菜 しめじ		
9	金	むぎ茶 バナナ	ゆかりごはん	鮭のきのみそ焼き ほうれん草サラダ 卵とわかめのスープ	牛乳 お菓子	さけ みそ ハム 卵 牛乳	ごはん ごま油 お菓子 スパゲッティ	しめじ ほうれん草 人参 コーン缶 えのき わかめ		
10	土			きのこスパゲティ バナナ 牛乳	オレンジジュース お菓子	ベーコン 牛乳	お菓子 スパゲティ	玉葱 人参 しめじ えのき バナナ		
12	月	振替休日								
13	火	ポカリ	ごはん	白菜シチュー ウインナー 大根サラダ みかん缶 / むぎ茶	牛乳 バナナ	鶏肉 スキムミルク ウインナー ハム 牛乳	ごはん じゃがいも すりごま ごま油	白菜 玉葱 人参 ケチャップ 大根 きゅうり みかん缶 / バナナ	シチュールウ	
14	水	やさしいジュース	ごはん	栄養きんぴら ゆで卵 春雨サラダ 牛乳	むぎ茶 ハートのココク	豚肉 さつま揚げ 卵 ハム 牛乳	ごはん いりごま 春雨 ハートのココク	きゅうり わかめ コーン缶		
15	木	むぎ茶 ハッピーターン	ごはん	鶏のトマト煮 こふさいも もやしとツナの酢の物 むぎ茶	牛乳 ジャムサンド	鶏肉 ツナ 牛乳	ごはん バター じゃがいも 食パン	玉葱 しめじ えのき ケチャップ こんにゃく もやし わかめ イチゴジャム		
16	金	ミルク	わかめごはん	アジフライ キャベツのおかか和え 金時豆 みそ汁	牛乳 お菓子	アジフライ かつお節 金時豆 みそ 豆腐 / 牛乳	さつまいも お菓子	キャベツ わかめ ねぎ	ウスターソース	
17	土			やしこぼ バナナ 牛乳	りんごジュース お菓子	豚肉 牛乳	さつまいも 中華麺 お菓子	キャベツ バナナ りんごジュース	ウスターソース	
19	月	やさしいジュース	ごはん	ハヤシライス コーンソテー 大根とハムのサラダ パン缶 / 牛乳	むぎ茶 オレンジ お菓子	豚肉 ハム 牛乳	ごはん 小麦粉 じゃがいも バター 和風ドレッシング お菓子	玉葱 人参 トマト缶 コーン缶 大根 きゅうり パン缶 / オレンジ	ウスターソース ↑ハヤシルウ	
20	火	むぎ茶 さつまいも	ごはん	鶏の照り焼き 根菜の甘酢和え きゅうり人参のサラダ 牛乳	むぎ茶 ココアケーキ	鶏肉 牛乳 / 卵 スキムミルク	ごはん さつまいも ごま油 バター ミックス粉 ホイップクリーム ココア	れんこん きゅうり 人参 いちご	カレースルー	
21	水	むぎ茶 ビスコ	ごはん	肉豆腐 じゃがコン ほうれん草としめじのスープ	牛乳 マカロングラタン	豆腐 豚肉 牛乳 / ベーコン チーズ 牛乳	ごはん しらたき じゃがいも マヨネーズ マカロニ バター 小麦粉	ねぎ コーン缶 ほうれん草 しめじ 玉葱 玉葱 人参 パセリ		
22	木	ミルク	ごはん	イワシ開き電田 キャベツとちくわのマヨ和え けんちん汁 スライスチーズ	牛乳 お菓子	イワシ開き電田 ちくわ 豆腐 みそ チーズ / 牛乳	ごはん マヨネーズ こんにゃく お菓子	キャベツ ごぼう 人参 大根 里芋		
23	金	天皇誕生日								
24	土			パン スライスチーズ りんご 牛乳	ぶどうジュース お菓子	ツナ チーズ 牛乳	食パン マヨネーズ お菓子	きゅうり イチゴジャム りんご ぶどうジュース		
26	月	ポカリ	ごはん	ポトフ しゅうまい 青じそスパゲティサラダ 牛乳	むぎ茶 りんご お菓子	ウインナー しゅうまい ツナ 牛乳	ごはん じゃがいも スパゲティ 青じそドレッシング お菓子	玉葱 人参 キャベツ きゅうり コーン缶 りんご		
27	火	ミルク	ごはん	タラの甘酢和え さつま揚げの煮物 ブロッコリーマヨ みそ汁	牛乳 むしぼん	タラ さつま揚げ	ごはん マヨネーズ ミックス粉	人参 玉葱 ブロッコリー なめこ 大根 / 小松菜		
28	水	むぎ茶 ハッピーターン	ごはん	ポーピカタ ひじきの煮物 かぼちゃの豆腐スープ	フルーツヨーグルト	卵 豚肉 粉チーズ 大豆水煮 油揚げ ベーコン 豆腐 ヨーグルト (スキム)	ごはん しらたき バター	ケチャップ ひじき 人参 かぼちゃ 玉葱 しめじ バナナ もも缶		
29	木	やさしいジュース	ごはん	チキンソテー みそ大根 春雨サラダ 牛乳	むぎ茶 きつねうどん	鶏肉 みそ ハム 牛乳 / なた 油揚げ	ごはん 春雨 うどん	玉葱 しめじ ケチャップ 大根 きゅうり コーン缶 わかめ ねぎ 人参	オスターソース	
今月の平均値		以上児： 未満児：	エネルギー：562 エネルギー：433	Kcal Kcal	たんぱく質：20.8 たんぱく質：16.0	脂質：18.7 脂質：13.6	q q	* 以上児も主食を入れた数値です。		

