



2月 献立予定表



認定こども園一関南保育園

{2月の目標}

後片付けもしっかりと
しましよう

3日(金)

豆まき



8日(水)

誕生会

ごはんはいりません



10日(金)

お弁当の日

愛情弁当お願い致します。フルーツは、園で出しますので、おかずの中には入れないでください。



15日(水)

保育参観
(5歳児)



恵方巻き

節分に食べる太い巻きずし、その年の吉をたらず方角(恵方)に向かい黙って願い事をしながら1本を丸かじりする。巻き寿司を切らずに丸ごと食べるのは、縁を切らないという意味もあります。今年の恵方巻きを食べる方角は北北西です。



日	曜	未満児 おやつ	献立名	調味料	材料名	赤:血や肉になる 黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	未満児 主食	おやつ	kcal.
1	水	せんべい 牛乳	鶏肉のさっぱり煮 中華風酢の物 じゃが芋の味噌汁 ほうれん草のお浸し 玉葱の味噌汁	醤油 みりん 醤油 砂糖 酢 ごま油 だし汁 味噌 醤油 みりん 砂糖 醤油 だし汁 味噌	鶏もも肉 かにかまぼこ 豆腐 ひじき 豚ひき肉 かまぼこ かつお節	米 春雨 じゃが芋 米	葱 レモン 生姜 人参 きゅうり コーン 人参 人参 ししいたけ 葱 人参 ほうれん草 人参 玉葱	ごはん 牛乳 ごはん ジョア	小豆蒸しパン 牛乳	未652 以487
2	木	クッキー 牛乳	赤魚の煮付け 大豆入りひじき煮 大根の味噌汁	醤油 みりん 砂糖 醤油 だし汁 味噌	赤魚 ひじき 大豆 かまぼこ 油揚げ	米	人参 キャベツ 人参 玉葱 みかん	ごはん 麦茶	恵方巻き 麦茶	未528 以346
3	金	ビスケット 牛乳	ポークカレー 福神漬け 牛乳 パナナ	カレールー	豚ばら肉	米	人参 玉葱 グリンピース 人参 パナナ	ごはん 麦茶	ミニあんパン ジュース	未608 以413
6	月	クッキー 牛乳	かじきのチーズフライ きゅうりサラダ キャベツの味噌汁	塩 コショウ 醤油 砂糖 酢 ごま油 だし汁 味噌	かじき 卵 かにかまぼこ	米 パン粉 小麦粉 油 チーズ	人参 きゅうり コーン 人参 キャベツ	ごはん 豆腐団子 麦茶	豆腐団子 麦茶	未541 以370
7	火	ビスケット 牛乳	鶏のから揚げ キャベツの梅おかか和え 豆腐の味噌汁	醤油 みりん 醤油 梅干し だし汁 味噌	鶏もも肉 卵 かつお節 豆腐 わかめ	米 小麦粉 片栗粉 油	生姜 人参 人参 キャベツ 葱	ごはん ミニクリームパン ジョア	ミニクリームパン ジョア	未648 以466
8	水	せんべい 牛乳	ドライカレー ベーコンオムレツ フロコリーのサラダ コンソメスープ いちご	ケチャップ ウスターソース 塩 コショウ 醤油 砂糖 酢 ごま油 コンソメ	豚ひき肉 ベーコン 卵 ハム	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 人参 ブロッコリー 人参 玉葱 いちご	ドライ カレー	ケーキ ジュース	未766 以623
9	木	クッキー 牛乳	つくね団子 ほうれん草のおかか和え 大根の味噌汁	醤油 みりん 砂糖 だし汁 味噌	豆腐 鶏ひき肉 かつお節	米 片栗粉	人参 ほうれん草 人参 大根	ごはん 牛乳	じゃが芋 ドーナツ 牛乳	未620 以405
10	金	ビスケット 牛乳	鶏の味噌汁 みかん	だし汁 味噌	鶏の味噌汁	米	人参 玉葱	ごはん アツパルパイ 牛乳	アツパルパイ 牛乳	未351 以306
13	月	せんべい 牛乳	ハヤシライス パナナ	ハヤシルー	豚バラ肉	米	人参 玉葱 グリンピース 人参 パナナ	ごはん ジュース ビスケット	ヨーグルト ジュース ビスケット	未599 以403
14	火	クッキー 牛乳	大豆ハンバーグ ポテトサラダ 大根のスープ	塩 ケチャップ マヨネーズ コンソメ	大豆 合ひき肉 卵 牛乳 ハム	米 パン粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参 きゅうり 人参 大根	ごはん 牛乳	カレー肉まん 牛乳	未668 以489
15	水	ビスケット 牛乳	かじきの甘酢あん 南瓜サラダ 玉葱の味噌汁	醤油 ケチャップ マヨネーズ だし汁 味噌	かじき ハム 油揚げ	米 片栗粉 じゃが芋 油	人参 玉葱 ピーマン 人参 南瓜 きゅうり 人参 玉葱 いちご	ごはん 牛乳	人参とチーズの 蒸しパン 牛乳	未657 以470
16	木	せんべい 牛乳	わかめ入り卵焼き キャベツの炒め煮 白菜の味噌汁	だし汁 塩 醤油 みりん 砂糖 だし汁 味噌	わかめ 卵 かまぼこ 油揚げ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ 人参 白菜	ごはん 牛乳	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	未633 以451
17	金	クッキー 牛乳	鮭のあんかけ 中華きゅうり じゃが芋の味噌汁	ケチャップ 酢 砂糖 醤油 砂糖 酢 ごま油 だし汁 味噌	鮭 かにかまぼこ	米 油 じゃが芋	人参 きゅうり 人参	ごはん 牛乳	キャベツマフィン 牛乳	未777 以612
18	土	ビスケット 牛乳	肉じゃが 玉葱の味噌汁 牛乳 パナナ	醤油 みりん 砂糖 だし汁 味噌	豚バラ肉 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 グリンピース 人参 玉葱 人参 パナナ	ごはん ジュース	バターロール ジュース	未713 以520
20	月	せんべい 牛乳	焼き魚 切干し大根の煮物 大根の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌	甘塩紅鮭 かまぼこ 油揚げ	米	人参 切干し大根 人参 玉葱	ごはん ジョア せんべい	ゼリー ジョア せんべい	未562 以359
21	火	クッキー 牛乳	野菜サラダ 玉葱の味噌汁	醤油 砂糖 酢 ごま油 だし汁 味噌	シウマイ かにかまぼこ	米	人参 きゅうり コーン キャベツ 人参 玉葱	ごはん ジュース	カスタードパイ ジュース	未526 以336
22	水	ビスケット 牛乳	豆腐のカレー煮 ツナサラダ 大根の味噌汁	カレールー 醤油 砂糖 酢 ごま油 だし汁 味噌	豆腐 豚ひき肉 シーチキン	米	人参 玉葱 チンゲン菜 人参 キャベツ きゅうり 人参 大根	ごはん 牛乳	コーンお焼き 牛乳	未700 以677
23	木	せんべい 牛乳	鶏ひじき団子の甘酢あん コールスロー 豆腐の味噌汁	ケチャップ 酢 砂糖 塩 酢 油 だし汁 味噌	鶏ひき肉 ひじき 卵 豆腐 わかめ	米 油	人参 玉葱 人参 キャベツ きゅうり 人参 葱	ごはん ジュース	ドーナツ ジュース	未680 以511
24	金	クッキー 牛乳	鮭の梅風味天ぷら きゅうりもみ キャベツの味噌汁	塩 梅干し 塩 だし汁 味噌	鮭 かにかまぼこ	米 小麦粉 油	きゅうり 人参 キャベツ	ごはん 牛乳	バナナクッキー 牛乳	未699 以539
25	土	ビスケット 牛乳	親子煮 大根の味噌汁 牛乳 みかん	醤油 みりん だし汁 味噌	鶏もも肉 卵 牛乳	米 麦	人参 玉葱 ピーマン 人参 玉葱 みかん	ごはん ジュース	ココアケーキ ジュース	未567 以388
27	月	せんべい 牛乳	味噌焼肉 春雨サラダ じゃが芋の味噌汁	味噌 醤油 砂糖 酢 ごま油 だし汁 味噌	豚ロース肉 かにかまぼこ	米 春雨 じゃが芋	人参 玉葱 人参 きゅうり 人参	ごはん 牛乳	もちもちチーズパン 牛乳	未609 以334
28	火	クッキー 牛乳	鶏もも肉の照り焼き すき昆布の煮物 玉葱の味噌汁	醤油 みりん 醤油 だし汁 味噌	鶏もも肉 すき昆布 油揚げ かまぼこ	米	人参 玉葱	ごはん 牛乳	プリンマフィン 牛乳	未671 以524