

2月 卵・乳・鮭除去食予定献立表



認定こども園 関南保育園

[2月の目標]

後片付けも

しっかりしまししょう

2日(金)

豆まき

クッキング

3、4、5歳児
(恵方巻き作り)



たんぽぽ組、ゆり組

ひまわり組さんは、エ

プロン、三角巾を忘れ

ないようにして下さい。

白いご飯を90g位持

たせて下さい。

9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下

さい。

15日(木)

保育参観

(5歳児)



21日(水)

誕生会

ごはんはいりません



日	曜	未満児 おやつ	献立名	調味料	材料名	黄:熱や力となる	赤:血や肉になる	緑:調平をとのえる	未満児 主食	おやつ	kcal.
1	木	ビスケット 豆乳	まさご揚げ きゅうりもみ 玉ねぎの味噌汁	醤油 塩 だし汁 味噌	鶏ひき肉 豆腐 ちりめんじゃこ むきえび かにかまぼこ	米 片栗粉	人参 きゅうり 人参 玉葱	人参	ごはん	がんづき 豆乳	未447 以420
2	金	クッキー 豆乳	焼き魚 切り干し大根の煮物 豆腐の味噌汁 みかん ドライカレー	醤油 みりん だし汁 味噌 ケチャップ ウスターソース	鰯 油揚げ かまぼこ 豆腐 わかめ 豚挽き肉	米	人参 切り干し大根 ピーマン 人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	人参	ごはん	鬼ケーキ 豆乳	未608 以413
3	土	せんべい 豆乳	豆乳 シユウマイ 白菜のごま和え 大根のみそ汁	醤油 砂糖 だし汁 味噌	豆乳 シユウマイ 油揚げ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ビスケット 豆乳	未609 以434
5	月	ビスケット 豆乳	シユウマイ 白菜のごま和え 大根のみそ汁	醤油 砂糖 だし汁 味噌	シユウマイ 油揚げ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未525 以403
6	火	クッキー 豆乳	鮭の味噌焼き きゅうりとひじきの中華風サラダ じゃが芋のみそ汁	味噌 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	鰯 ひじき	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未615 以422
7	水	せんべい 豆乳	ベーコン炒め 竹輪ときゅうりのサラダ 玉ねぎの味噌汁 オレンジ	ケチャップ 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	ベーコン 竹輪	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未574 以413
8	木	ビスケット 豆乳	鮭の照り焼き ひじき入り大豆煮 白菜の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌	鰯 ひじき	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未617 以474
9	金	クッキー 豆乳	お弁当の日 ひじき入り大豆煮 白菜の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌	鰯 ひじき	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未617 以474
10	土	せんべい 豆乳	肉じゃが 玉葱の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌	豚バラ肉	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未660 以474
13	火	ビスケット 豆乳	カレー みかん	カレールー	豚バラ肉	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未635 以591
14	水	クッキー 豆乳	大豆ハンバーグ ポテトサラダ	塩 ケチャップ 醤油	大豆 合ひき肉 牛乳	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未598 以445
15	木	せんべい 豆乳	かじきの寒わり揚げ カミミミサラダ 大根の味噌汁 みかん	醤油 カレー粉 味噌 だし汁 味噌	かじき 大豆 チーズ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未663 以485
16	金	ビスケット 豆乳	鶏肉のチーズ焼き 野菜サラダ 玉葱のスープ	塩 コショウ 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	鶏肉 玉葱 チーズ かにかまぼこ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未557 以420
17	土	クッキー 豆乳	厚揚げとひき肉の煮物 じゃが芋のみそ汁	醤油 みりん だし汁 味噌	厚揚げ 豚ひき肉	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未646 以431
19	月	せんべい 豆乳	鶏肉のケチャップ炒め キャベツ煮 豆腐の味噌汁	ケチャップ 醤油 みりん だし汁 味噌	鶏肉 玉葱 油揚げ かまぼこ 豆腐	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未533 以493
20	火	ビスケット 豆乳	鶏肉のソフト揚げ 中華風サラダ 玉葱の味噌汁 バナナ	醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	鶏肉 玉葱 かにかまぼこ 豆腐	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未610 以494
21	水	クッキー 豆乳	鶏ごぼうご飯 ひじきハンバーグ ほうれん草のごま和え	醤油 砂糖 みりん 味噌 だし汁 味噌	鶏ひき肉 玉葱 豚ひき肉 ひじき 豆腐	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未701 以657
22	木	誕生会 せんべい 豆乳	豚汁 豆乳のカレー煮 ひじきの和風サラダ	だし汁 味噌 カレールー 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	豚バラ肉 豆腐 豚ひき肉 ひじき かにかまぼこ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未601 以505
23	金	ビスケット 豆乳	鶏肉のさっぱり煮 もやし煮 玉葱の味噌汁 りんご	醤油 みりん だし汁 味噌	鶏肉 玉葱 油揚げ かまぼこ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未528 以491
24	土	クッキー 豆乳	麻婆豆腐 わかめのスープ バナナ	醤油 みりん 鶏ガラスープ	豆腐 合いひき肉 わかめ 豆腐	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未537 以391
26	月	せんべい 豆乳	ポテトグラタン 春雨サラダ スープ りんご	鶏ガラスープ 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	ベーコン かにかまぼこ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未683 以483
27	火	ビスケット 豆乳	鮭の甘酢あんかけ ほうれん草のナムル 豆腐の味噌汁	醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	鰯 豆腐 わかめ	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未478 以413
28	水	クッキー 豆乳	鶏肉のケチャップ炒め マカロニサラダ 人参スープ	ケチャップ 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	鶏肉 玉葱 豆腐	米	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 生薑	バナナ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	未685 以564

＜恵方巻き＞

節分に食べる太い巻き寿司、その年の吉をもたらす方角(恵方)に向かい、黙って願い事をしながら1本丸かじりする。巻き寿司を切らずに丸ごと食するのは、縁を切らないことという意味もあります。

今年の恵方巻きを食べる方角は南南東です。

