

2月の予定献立表

わらび保育園

平成31年2月

| 日 | 曜日 | 献立名 | おやつ | 血や肉、骨をつくる (あか) | 力や熱となる (きいろ) | 体の調子をととのえる (みどり) |
|----|----|--------------------------------------|----------------------|---|--|--|
| 1 | 金 | あわご飯 鯖のカレー焼き 春雨サラダ バナナ アーサ汁 | ゲンキミルク 野菜天ぷら | さば ロースハム 絹ごし豆腐 ゲンキミルク 鶏卵 | 精白米 あわ はるさめ グラニュー糖 小麦粉 | きゅうり カットわかめ バナナ あおさ たまねぎ にんじん 葉ねぎ |
| 2 | 土 | ポロポロシューシー ミートボール バナナ ゆで卵 777- | ミルージュ ツナサンド | ゲンキミルク 豚かたロース 鶏卵 ツナ缶 | 精白米 食パン | にんじん 乾しいたけ バナナ たまねぎ |
| 4 | 月 | ご飯 ポークカレー② 小松菜シラス和え りんご | ゲンキミルク スイートポテト | プロセスチーズ 豚かたロース 鶏レバー しらす干し ゲンキミルク 加糖練乳 鶏卵 | 精白米 じゃがいも さつまいも グラニュー糖 | たまねぎ にんじん キャベツ こまつな りんご 生 |
| 5 | 火 | ゆかりごはん 中身汁 鶏肉と大根煮物 シークァーサーゼリー | ジョア ヒラヤチー | 普通牛乳 豚ロース スライス ぶた 中身 鶏肉もも肉 鶏卵 | 精白米 切りこんにゃく 小麦粉 | 乾しいたけ 葉ねぎ だいこん にんじん 昆布 |
| 6 | 水 | 麦ご飯 味噌汁 松風焼き 野菜炒め オレンジ | ミルクココア フレンチトースト | 鶏ひき肉 鶏レバー ぶたかたスライス ゲンキミルク 鶏卵 普通牛乳 | 精白米 押麦 じゃがいも パン粉 三温糖 ごま油(白) 食パン グラニュー糖 | 野菜ジュース カットわかめ たまねぎ にんじん はくさい もやし ひじき ネーブル |
| 7 | 木 | ご飯 みそ汁 さんまの甘辛煮 きんぴら風煮 バナナ | 保育乳 ホットケーキ | 固形ヨーグルト さんま 生 鶏ひき肉 ゲンキミルク 鶏卵 普通牛乳 | 精白米 じゃがいも 片栗粉 グラニュー糖 ホットケーキミックス | 葉ねぎ カットわかめ 長ねぎ ごぼう ささがき にんじん さやいんげん バナナ |
| 8 | 金 | ご飯 味噌汁 豚肉生姜焼き おからサラダ みかん | ゲンキミルク うむじ天ぷら | ぶたかたスライス おから 生 蒸かまぼこ ゲンキミルク | 精白米 くずでん粉 グラニュー糖 | バナナ えのきたけ だいこん 葉ねぎ たまねぎ きゅうり スイートコーン缶 うんしゅうみかん |
| 9 | 土 | 沖縄そば ほうれん草のおひたし バナナ | ゲンキミルク 鮭おにぎり | ゲンキミルク 鶏卵 チキアギ 削り節 さけフレーク瓶詰 | 沖縄そば 精白米 ごま油(白) | 葉ねぎ ほうれん草 バナナ あおのり 素干し |
| 11 | 月 | 建国記念日 | | | | |
| 12 | 火 | 麦ごはん チキンカレー 大根わかめ和え すまし汁 | ゲンキミルク 芋天ぷら | 鶏肉もも肉 鶏レバー ツナ缶 鶏卵 ゲンキミルク | 精白米 押麦 じゃがいも 片栗粉 小麦粉 さつまいも | ブルーん たまねぎ にんじん 青ピーマン きゅうり だいこん カットわかめ 葉ねぎ |
| 13 | 水 | あわご飯 ポークビーンズ フルーツサラダ すまし汁 | ゲンキミルク シナモントースト | だいち水煮 豚ひき肉 豚レバー ヨーグルト ゲンキミルク | 精白米 あわ マカロニ 片栗粉 食パン グラニュー糖 | りんご たまねぎ にんじん さやいんげん みかん缶 バナナ 干しぶどう しめじ えのきたけ 葉ねぎ |
| 14 | 木 | あわご飯 魚のおろし煮 からし菜チャンプルー みそ汁 オレンジ | 野菜ジュース ガトーショコラ | 白身魚 沖縄豆腐 ツナ缶 鶏卵 | 精白米 あわ 片栗粉 三温糖 ホットケーキミックス グラニュー糖 | しょうが 生 だいこん からしな にんじん こまつな ほんしめじ 生ネーブル 野菜ジュース |
| 15 | 金 | 麦ご飯 すまし汁 鶏唐揚げ 人参ソテー りんご | ゲンキミルク オートミールクッキー | 固形ヨーグルト 鶏もも肉 しらす干し 鶏卵 ゲンキミルク 普通牛乳 | 精白米 押麦 片栗粉 小麦粉 三温糖 オートミール | しめじ えのきたけ 葉ねぎ にんじん いら りんご 干しぶどう |
| 16 | 土 | クアージュシー 大根和え物 味噌汁 レープフルーツ | 職員研修会 | ゲンキミルク 豚かたロース 削り節 油揚げ | 精白米 | にんじん 刻み昆布 葉ねぎ だいこん しそ 葉 うめシロップ とうがん グレープフルーツ 紅 |
| 18 | 月 | 麦ご飯 すまし汁 鮭ごま味噌焼き 人参きんぴら風 バナナ | ゲンキミルク ぜんざい | プロセスチーズ しらす 生 ぶたかたスライス ゲンキミルク あずき 絹ごし豆腐 | 精白米 押麦 ごま油(白) グラニュー糖 粉黒糖 三温糖 白玉粉 | だいこん カットわかめ ごぼう ささがき にんじん バナナ |
| 19 | 火 | ロールパン ピーフシチュー スパゲティサラダ ご | ゲンキミルク 味噌おにぎり | 固形ヨーグルト 牛肉 かた生スライス 豚レバー クリーム 植物油 性脂肪 ゲンキミルク 削り節 | ロールパン じゃがいも 小麦粉 スパゲティ 精白米 三温糖 | にんじん たまねぎ しめじ 青ピーマン きゅうり 干しぶどう りんご |
| 20 | 水 | あわご飯 炒りどり ポテトサラダ アーサ汁 かん (誕生会) | ゲンキミルク 誕生会ケーキ | 鶏もも肉 鶏卵 絹ごし豆腐 ゲンキミルク | 精白米 あわ じゃがいも | 野菜ジュース にんじん ごぼう ささがき だいこん 乾しいたけ 昆布 さやいんげん きゅうり あおさ 葉ねぎ |
| 21 | 木 | お別れ遠足 (お弁当) | アンパンマンジュース たまごサンド | 鶏卵 | 食パン | バナナ アンパンマンジュースりんご |
| 22 | 金 | あわご飯 味噌汁 魚のタルタルソース デークニイ チー ブルーん | ゲンキミルク アメリカンドッグ | ホキ 生 豆乳 鶏卵 ぶたかたスライス ゲンキミルク 普通牛乳 ウイナーソーセージ | 精白米 あわ 小麦粉 パン粉 切りこんにゃく ホットケーキミックス | りんご キャベツ えのきたけ ねぎ ピクルス たまねぎ だいこん にんじん さやいんげん ブルーん |
| 23 | 土 | カレーうどん もずく酢の物 オレンジ | ヤクルト ゆかりおにぎり | ゲンキミルク ぶたかたロース | うどん グラニュー糖 精白米 | にんじん キャベツ たまねぎ 乾しいたけ 葉ねぎ おきなわもずく みかん缶 ネーブル |
| 25 | 月 | ご飯 みそ汁 和風ハンバーグ 人参ソテー 形ヨーグルト | ゲンキミルク ちんびん | 厚揚げ 豚ひき肉 鶏ひき肉 沖縄豆腐 鶏卵 しらす干し ヨーグルト ゲンキミルク | 精白米 パン粉 ごま油(白) 三温糖 片栗粉 ちんびんミックス | ブルーん カットわかめ たまねぎ ひじき にんじん いら |
| 26 | 火 | ご飯 みそ汁 (ジャガ仔) レバーの甘辛煮 腐チャンプルー みかん | ゲンキミルク 黒糖蒸かステラ | 豚レバー 沖縄豆腐 ツナ缶 ゲンキミルク 普通牛乳 | 精白米 じゃがいも 片栗粉 グラニュー糖 強力粉 粉黒糖 ごま油(白) | バナナ 葉ねぎ にんにく しょうが 生 キャベツ にんじん たまねぎ うんしゅうみかん 干しぶどう |
| 27 | 水 | 麦ごはん クリームシチュー キャベツサラダ シークァーサーゼリー | 野菜ジュース 豆乳くずもち | 豚かた赤肉 クリーム乳脂肪 普通牛乳 豆乳 きな粉 | 精白米 押麦 じゃがいも 小麦粉 グラニュー糖 くずでん粉 | たまねぎ にんじん キャベツ みかん缶 野菜ジュース |
| 28 | 木 | 麦ご飯 揚げ魚ケチャップ煮 かぼちゃの炒め煮 シブイ汁 バイン缶 | ミルクココア フレンチトースト | ホキ 生 ベーコン 厚揚げ ゲンキミルク 鶏卵 普通牛乳 | 精白米 押麦 片栗粉 グラニュー糖 食パン | りんご かぼちゃ たまねぎ プロックリー とうがん 葉ねぎ バイン缶 |

材料などの都合により、献立を変更する場合があります。