



平成29年



2月の予定献立表

希望の星保育園



日	曜日	献立名	おやつ	赤の食品 (血や肉をつくるもの)	緑の食品 (体の調子を整える)	黄色の食品 (力や体温になるもの)	その他	
1	水	胚芽ご飯 白身魚の黄金焼き たんかん ごぼうサラダ なめことわかめのみそ汁	ミルク 芋餅団子	ホキ 卵 プロセスチーズ ハム かつお節 ミルク きな粉	コーン缶 バセリ ごぼう にんじん さやいんげん なめこわかめ ねぎ	精白米 きび 米粒麦 薄力粉 油 ごま さつまいももち粉 三温糖 グラニュー糖	しょうゆ みりん マヨネーズ	
2	木	胚芽ご飯 鶏のレモン焼き パイン缶 白菜サラダ イタリアンスープ	ミルク ひらやーちー	鶏もも肉 かに風味かまぼこ かつお節 ベーコン ツナ缶 パルメザン 卵 ミルク	レモン はくさい きゅうり なら みかん缶 たまねぎ にんじん セロリ バセリ パイン缶 もずく	精白米 きび 米粒麦 三温糖 じゃがいも 片栗粉 薄力粉 油	しょうゆ 酢 ソース ケチャップ	
3	金	鬼さんカレー ブロッコリーサラダ オニオンスープ りんご	麦茶 プリン こつぶっこ	大豆 ひよこめ 鶏ひき肉 焼き竹輪 かつお節 ベーコン	にんじん たまねぎ りんご ブロッコリー コーン缶 キャベツ バセリ	はいが精米 米粒麦 きび じゃがいも 油 薄力粉 バター 三温糖 片栗粉	カレールー しょうゆ みりん 酢	
4	土	からし菜ご飯 チキンの唐揚げ たんかん 胡瓜とわかめの酢の物 小松菜のみそ汁	りんごジュース ホットケーキ	紅鮭 かつお節 鶏もも肉 しらす干し 油揚げ 卵	からしな にんにく しょうが きゅうり わかめ トマト 小松菜 りんごジュース	精白米 ごま ごま油 薄力粉 片栗粉 三温糖 はちみつ ホットケーキ粉 油	しょうゆ みりん みそ 酢	
6	月	胚芽ご飯 白身魚の磯揚げ パイン缶 コールスローサラダ 南瓜の味噌汁	ミルク コーン クラッカー	キングクリップ 卵 煮干し	青のり キャベツ にんじん コーン缶 かぼちゃ たまねぎ ねぎ パイン缶	精白米 きび 米粒麦 薄力粉 三温糖 バター	マヨネーズ みそ	
7	火	胚芽ご飯 マーボー豆腐 たんかん 伴三絲 (ばんさんすう) かき玉汁	麦茶 ぜんざい りんご	沖縄豆腐 豚ひき肉 かつお節 卵 ミルク いんげんまめ	根深ねぎ にんじん しいたけ にんにく しょうが 昆布 きゅうり もやし もずく ねぎ	精白米 きび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 はちみつ ごま 押麦 黒砂糖 もち粉	みそ 酢 しょうゆ	
8	水	胚芽ご飯 タンドリーチキン 大根サラダ もずく汁 りんご	麦茶 パナナ 豆乳ゼリー	鶏もも肉 ヨーグルトツナ缶 かつお節 かまぼこ 豆乳 セラチン ｷｯﾌﾟｶｰﾑ きな粉	大根 きゅうり トマトもずく しょうが りんご パナナ	精白米 きび 米粒麦 ごま ごま油 三温糖 片栗粉 グラニュー糖 黒砂糖	しょうゆ 酢 みりん	
9	木	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き ブルーン ほうれん草のおかか和え コーンスープ	ミルク バナナケーキ	紅鮭 かつお節 卵 ミルク ホイップクリーム	キャベツ にんじん はくさい ほうれんそう えのき コーン缶 ねぎ パナナ	精白米 きび 米粒麦 三温糖 片栗粉 ホットケーキ粉 バター	みそ しょうゆ	
10	金	スパゲティーミートソース ヨーグルト ジャーマンポテト 白菜スープ	麦茶 わかめおにぎり	合挽き肉 豚しゃぶ ベーコン かつお節 焼き竹輪 ヨーグルト しらす干し	たまねぎ にんじん トマト バセリ はくさい ねぎ わかめ	スパゲティー バター 油 じゃがいも 精白米 ごま油	ケチャップ しょうゆ	
11	土	建国記念の日						
13	月	キッズ ビビンバ わかめスープ チーズ	ミルク きなこトースト	豚ひき肉 鶏ひき肉 卵 かつお節 プロセスチーズ ミルク きな粉	根深ねぎ しょうが にんにく もやし にんじん 小松菜 トマト わかめ えのき ねぎ	精白米 油 三温糖 ごま油 食パン バター	しょうゆ みりん 酢	
14	火	胚芽ご飯 魚の竜田揚げ たんかん くーびいりちー ほうれん草のみそ汁	ミルク パナナ ココアポーロ	さば かつお節 油揚げ ミルク 卵	しょうが ねぎ 昆布 しいたけ にんじん なら ほうれんそう パナナ	精白米 きび 米粒麦 片栗粉 こんにゃく 油 薄力粉 上白糖	しょうゆ みりん みそ	
15	水	胚芽ご飯 松風焼き ひじき炒め そうめん汁 オレンジ	豆乳 マヨネーズパン	鶏ひき肉 沖縄豆腐 卵 油揚げ 大豆 かつお節 調製豆乳 脱脂粉乳	たまねぎ ひじき キャベツ にんじん しいたけ なら しめじ みつば オレンジ コーン缶	精白米 きび 米粒麦 油 パン粉 三温糖 ごましらたき そうめん 強力粉 グラニュー糖	しょうゆ みりん マヨネーズ	
16	木	2月生まれ 誕生会						
17	金	きのこご飯 肉じゃが 豆腐と青菜のすまし汁 りんご	ミルク ポーポー	鶏もも肉 かつお節 沖縄豆腐 ミルク 卵	しめじ しいたけ にんじん なら たまねぎ グリーンピース ほうれんそう りんご	精白米 油 じゃがいも しらたき 三温糖 薄力粉 ホットケーキ粉 黒砂糖	しょうゆ みりん	
18	土	豚生姜焼き丼 きゃべつサラダ とろろ昆布汁 たんかん	ミルク 芋天ぷら	豚肩ロース 焼き竹輪 かつお節 ミルク 卵	たまねぎ しょうが レタス キャベツ コーン缶 にんじん セロリ 削り昆布 みつば	精白米 油 片栗粉 三温糖 さつまいも 薄力粉	しょうゆ 酢 みりん	
20	月	タコライス 南瓜サラダ 野菜スープ りんご	ミルク ブルーン ちんすこう	合挽き肉 プロセスチーズ ハム かつお節 鶏もも肉 ミルク	たまねぎ にんじん レタス トマト かぼちゃ きゅうり バセリ りんご	精白米 マカロニ 薄力粉 三温糖 油	チリソース ケチャップ しょうゆ	
21	火	胚芽ご飯 さばのみそ煮 春雨のナムル アーサ汁 オレンジ	麦茶 パナナ くずもち	さば かつお節 絹ごし豆腐 きな粉	しょうが きゅうり もやし にんじん あおさ ねぎ オレンジ パナナ	精白米 きび 米粒麦 三温糖 はるさめ ごま油 黒砂糖 さつまいもでん粉 タビオカ粉	みそ 酢 しょうゆ みりん	
22	水	ハヤシライス 温野菜サラダ エノキとモヤシのスープ パイン缶	ミルク ビザパン	鶏もも肉 かつお節 ミルク 脱脂粉乳 卵 ツナ缶 プロセスチーズ	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ トマト カリフラワー ピーマン ブロッコリー	精白米 薄力粉 バター 強力粉 グラニュー糖 油	デミソース マヨネーズ しょうゆ	
23	木	胚芽ご飯 お魚ハンバーグ オレンジ ほうれん草コーン炒め なめこのみそ汁	ミルク スイートポテト	たら 沖縄豆腐 ベーコン かつお節 ミルク 卵 ホイップクリーム	たまねぎ にんじん コーン缶 ほうれんそう はくさい なめこ えのき ねぎ オレンジ	精白米 きび 米粒麦 油 焼きふ 三温糖 片栗粉 さつまいも バター	しょうゆ みりん	
24	金	パン 鮭のマヨネーズ焼き パイン缶 ヒジキのサラダ ホワイトシチュー	麦茶 みそおにぎり	脱脂粉乳 卵 紅鮭 ツナ缶 鶏もも肉	コーン缶 ひじき もやし きゅうり にんじん たまねぎ バセリ パイン缶 のり	強力粉 グラニュー糖 バター 薄力粉 油 三温糖 ごま油 じゃがいも 精白米	マヨネーズ しょうゆ 酢 みそ	
25	土	くふあじゅーしー ごま和え しめじと豆腐のみそ汁 たんかん	ココア豆乳 ウインナードック	鶏もも肉 かつお節 沖縄豆腐 調製豆乳 卵 ウインナー	しいたけ ごぼう にんじん ねぎ 小松菜 しめじ みつば	精白米 油 ごま 三温糖 ごま油 ホットケーキ粉	しょうゆ 酢 みそ みりん	
27	月	納豆ご飯 切り干しサラダ イナムドゥチ りんご	ミルク じゃこトースト	納豆 ツナ缶 かつお節 豚肩ロース 蒸し かまぼこ ミルク しらす干し パルメザン	つくだ煮 切り干し大根 きゅうり にんじん しいたけ ねぎ りんご	はいが精米 きび 米粒麦 ごま 三温糖 ごま油 こんにゃく 食パン	しょうゆ 酢 みそ マヨネーズ	
28	火	胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き たんかん 春野菜炒め じゃがいものみそ汁	ミルク スコーン	ホキ ベーコン かつお節 ミルク ホイップクリーム	キャベツ にんじん たけのこ 生しいたけ わかめ ねぎ	精白米 きび 米粒麦 三温糖 ごま油 じゃがいも 薄力粉 強力粉 バター はちみつ	しょうゆ みそ みりん	

※ 材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※ 初めて食べる食材やアレルギーを起こすおそれがある食材がある場合は前もってご相談ください。

※ 朝ごはんはしっかり食べてから登園しましょう。

