

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 土	昼食	二色ごはん みそ汁 くだもの	米、砂糖	鶏ミンチ 豆腐、みそ	人参 玉ねぎ、人参 くだもの	しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
3 月	昼食	巻きずし(乳児:ちらし寿司) 魚の塩焼き そうめん汁	米、砂糖 そうめん	卵、ウィンナー、のり 魚 昆布	きゅうり、かんぴょう 玉ねぎ、ほうれん草、人参	酢、しょうゆ、みりん、塩 塩、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	福豆、せんべい 牛乳		福豆 牛乳		せんべい
17 月	昼食	ごはん ホイコーロー そうめん汁	米 砂糖、油 そうめん	豚肉、みそ、赤みそ 昆布	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン 玉ねぎ、ほうれん草	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	せんべい、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
4 18 火	昼食	パン 鶏肉と野菜のトマト煮 ミルクスープ くだもの	食パン、ジャム じゃがいも、砂糖、油 油	鶏肉、鶏レバー 牛乳	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、トマト缶 玉ねぎ、白菜、しめじ くだもの	コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	みたらし団子 (乳児:ゆかりおにぎり) 牛乳	白玉粉、砂糖、片栗粉 米	豆腐 牛乳		しょうゆ ゆかり
5 19 水	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 切干大根のサラダ 麩とわかめのみそ汁	米 片栗粉、砂糖、油、ごま 砂糖、ごま油 麩	豚肉 ちくわ、水煮大豆 わかめ、みそ	切干大根、人参、きゅうり 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉	豚ミンチ、卵、かつお節 牛乳	キャベツ、ねぎ	ソース
6 20 木	昼食	ごはん 魚の煮つけ 青菜の磯和え かぼちゃのみそ汁	米 砂糖 砂糖	魚 のり みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	チーズトースト 牛乳	食パン	ハム、チーズ 牛乳		
7 金	昼食	ハヤシライス りんごサラダ	じゃがいも、米、油、砂糖、マーガリン 油、砂糖	豚肉	玉ねぎ、人参、小松菜 りんご、キャベツ、人参、ブロッコリー	ハヤシルウ 酢、塩こしょう
	午後おやつ	サーターアンドギー 牛乳	小麦粉、砂糖、油	卵 牛乳		ベーキングパウダー
8 22 土	昼食	ナポリタン コンソメスープ	スパゲッティ、砂糖、油、マーガリン 油	ウィンナー	玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ、かぼちゃ、人参	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
10 月	昼食	雑穀ごはん すき焼き風煮 大根のみそ汁	米、雑穀米 麩、砂糖、油	豚肉、豆腐 油揚げ、みそ	玉ねぎ、白菜、糸こんにゃく 大根、小松菜	塩 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ビスケット、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ビスケット
25 火	昼食	パン スパニッシュオムレツ 春雨サラダ もやしのスープ	食パン、ジャム じゃがいも、油、砂糖 春雨、砂糖、ごま油 油	合挽きミンチ、卵、チーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン 人参、きゅうり、コーン缶 もやし、玉ねぎ、パセリ	コンソメ、塩こしょう しょうゆ、酢 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	きなこおはぎ(乳児:きなこおにぎり) 牛乳	米、もち米、砂糖	きなこ、小豆 牛乳		塩
12 26 水	昼食	ごはん 鶏肉の西京焼き ひじきサラダ 白菜のすまし汁	ごはん 砂糖 マヨネーズ、砂糖	鶏肉、白みそ ひじき、ちくわ 昆布	ブロッコリー、人参 白菜、玉ねぎ、人参	酒、塩こしょう 酢、塩こしょう だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	砂糖	ヨーグルト	バナナ、りんご、みかん缶	
13 27 木	昼食	ごはん 魚のカレー風味揚げ もやしの酢の物 さつまいものみそ汁	ごはん 小麦粉、油 砂糖、ごま さつまいも	魚 かにかま みそ	もやし、きゅうり、ほうれん草 玉ねぎ、えのき	カレー粉、塩こしょう 塩、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	塩サブレ 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン 牛乳	卵 牛乳		塩
14 28 金	昼食	きつねうどん 大根の梅じそサラダ	うどん 砂糖	いなり揚げ ちりめんじゃこ	青ねぎ 大根、人参、小松菜、梅干し	花かつお、しょうゆ、みりん、酒、塩 青じそドレッシング
	午後おやつ	手作り肉まん 牛乳	小麦粉、砂糖、油	豚ミンチ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、しょうが	しょうゆ、酒、ベーキングパウダー

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

* 毎週月曜日・・・礼拝 毎週木曜日・・・体育あそび

* 2/1(土)法人研修会のため家庭保育にご協力ください。

* 2/8(土)造形展

* 2/29(土)乳児、幼児・にじ参観日(午後の保育はありません)

* 2/21(金)お誕生会 メニュー:キーマカレー、ささみとキャベツのごまドレサラダ、ポトフ、くだもの

(おやつ)ドーナツ、牛乳

