



2月のよていこんだて

2020年度



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 月	昼食	ゆかりごはん 肉豆腐 麩と小松菜のみそ汁	米 砂糖、油 麩	豚肉、豆腐、かつお節 みそ	ゆかり 玉ねぎ、ごぼう、ねぎ 玉ねぎ、小松菜	しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	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
2 火	昼食	巻き寿司(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、ウインナー、のり、昆布 魚 昆布	きゅうり、かんぴょう 玉ねぎ、ほうれん草、人参	しょうゆ、みりん、酢、塩 酒、塩 しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	スティックパン 節分豆 牛乳	スティックパン 黒砂糖	大豆水煮、きなこ 牛乳		
16 火	昼食	パン 魚のパン粉焼き れんこんとごぼうのサラダ かぼちゃのポタージュ	食パン、ジャム パン粉、マーガリン マヨネーズ、砂糖 小麦粉、マーガリン、油	魚 牛乳、スキムミルク	パセリ、バジル れんこん、ごぼう、人参、きゅうり、コーン缶 玉ねぎ、かぼちゃ	酒、塩こしょう 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ひじきおにぎり 牛乳	米、砂糖	ひじき、油揚げ 牛乳	人参	だしパック、しょうゆ、みりん
3 17 水	昼食	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 青菜のおかか和え キャベツとなめこのみそ汁	米 小麦粉 砂糖	鶏肉、チーズ かつお節 みそ	ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、キャベツ、なめこ	酒、塩こしょう しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	チヂミ 牛乳	ごま、ごま油、砂糖、小麦粉、片栗粉	ちりめんじゃこ 牛乳	玉ねぎ、ニラ、人参	だしパック、しょうゆ、酢
4 18 木	昼食	ごはん 魚の梅煮 切干大根サラダ 豆腐とわかめのみそ汁	米 砂糖 砂糖、ごま油	魚 ちくわ 豆腐、わかめ、みそ	梅干し、しょうが 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	ぼこぼこクッキー 牛乳	コーンフレーク、小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		ベーキングパウダー
5 19 金	昼食	ミートスパゲッティ ポトフスープ くだもの	スパゲッティ、砂糖、油 じゃがいも、油	合挽きミンチ、鶏レバー ポークピッツ	玉ねぎ、人参、しょうが、トマト缶 玉ねぎ、人参、ブロッコリー くだもの	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	黒糖サターアンダギー 牛乳	小麦粉、黒砂糖、砂糖、油	卵 牛乳		ベーキングパウダー
6 20 土	昼食	豚丼 みそ汁	米、麩、砂糖、片栗粉 じゃがいも	豚肉 みそ	玉ねぎ、人参、しめじ 玉ねぎ、わかめ	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
8 22 月	昼食	ごはん マカロニグラタン かぼちゃのみそ汁	米 マカロニ、小麦粉、マーガリン、パン粉、油	鶏肉、チーズ、牛乳、スキムミルク、豆乳 みそ	玉ねぎ、しめじ、ほうれん草 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	コンソメ、塩こしょう 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
9 火	昼食	パン ハンバーグ ひじきのサラダ もやしスープ	食パン、ジャム 片栗粉 砂糖、油 油	合挽きミンチ、鶏レバー ひじき、かにかま	玉ねぎ、しょうが ブロッコリー、人参 もやし、玉ねぎ、ねぎ	ケチャップ、酒、塩こしょう 酢、塩こしょう シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	雑炊 牛乳	米	卵、ちりめんじゃこ 牛乳	白菜、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒
10 24 水	昼食	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き 白菜のすまし汁	米 砂糖	魚、みそ 昆布	キャベツ、玉ねぎ、人参、しめじ 玉ねぎ、白菜、人参	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	ポテトもち 牛乳	じゃがいも、片栗粉、油	ツナ缶 牛乳	コーン缶	塩こしょう
25 木	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 白和え 大根のみそ汁	米 ごま、片栗粉、砂糖、油 砂糖、練りごま	豚肉 豆腐 油揚げ、みそ	ブロッコリー、人参 大根、玉ねぎ	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	バナナ蒸しパン 牛乳	小麦粉、砂糖、油	牛乳	バナナ	ベーキングパウダー
12 金	昼食	ハヤシライス 大豆サラダ	米、じゃがいも、油 砂糖、油	豚肉 大豆水煮、きなこ	玉ねぎ、人参、小松菜 キャベツ、きゅうり、人参	ハヤシルウ、ケチャップ 酢、塩こしょう
	午後おやつ	麩のきなこラスク くだもの 牛乳	麩、砂糖、マーガリン	きなこ 牛乳	くだもの	
13 27 土	昼食	煮込みうどん 小松菜のポン酢和え	うどん 砂糖	鶏肉、わかめ	玉ねぎ、人参、えのき 小松菜、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 ポン酢
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子

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

*2/26(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、ミネストローネ、くだもの (おやつ)ドーナツ、牛乳