2月のよていこんだて　2022年度

日 曜	時間帯	献立	材料名 黄 強い力が出る食べ物	赤 丈夫な体を作る食べ物	緑 病気から守る食べ物	その他
1 15 水	昼食	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き かきたま汁	米 砂糖	魚、みそ 卵	キャベツ、玉ねぎ、人参、しめじ 玉ねぎ、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩 昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	じゃがいものチーズ焼き 牛乳	じゃがいも	チーズ 牛乳	パセリ	塩こしょう
2 16 木	昼食	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き 厚揚げと小松菜煮 もずくのみそ汁	米 小麦粉、マヨネーズ 砂糖 麩	鶏肉 厚揚げ もずく、みそ	小松菜 玉ねぎ	酒、塩こしょう だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩 煮干し、だしパック
	午後おやつ	揚げパン 牛乳	ロールパン、砂糖、油	きなこ 牛乳		塩
3 金	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 魚	きゅうり、かんぴょう 玉ねぎ、人参、オクラ	昆布、しょうゆ、みりん、酢、塩 酒、塩 昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ビスケット 節分豆 牛乳	黒砂糖	大豆水煮、きなこ 牛乳		ビスケット
17 金	昼食	焼きそば 大根のみそ汁 くだもの	中華めん、油	豚肉、かつお節、青のり 油揚げ、みそ	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン 大根、玉ねぎ くだもの	だしパック、ソース、しょうゆ、酒、塩こしょう 煮干し、だしパック
	午後おやつ	鶏ごぼうまん 牛乳	小麦粉、強力粉、片栗粉、砂糖、ごま油	鶏ミンチ 牛乳	人参、ごぼう	しょうゆ、みりん、酒、ドライイースト
4 18 土		焼きめし 青菜のソテー コンソメスープ	米、ごま油 コーン缶、マーガリン 油	豚ミンチ 大豆水煮	玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、かぼちゃ	シャンタン、しょうゆ、塩こしょう 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		
6 20 月	昼食	ごはん ホイコーロー ワンタンスープ	米 片栗粉、砂糖、油 ワンタン、油	豚肉、赤みそ、みそ	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにく、しょうが チンゲン菜、玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 シャンタン、しょうゆ、塩こしょう
	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
7 火	昼食	パン 魚のフライ ブロッコリーのサラダ もやしスープ	食パン、ジャム パン粉、、小麦粉、油 コーン缶、砂糖、油 油	魚、卵 ハム	ブロッコリー、人参 もやし、玉ねぎ、パセリ	ソース、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	しょうゆ、みりん、酒
8 22 水	昼食	ごはん 鶏肉のおろし煮 青菜のおかか和え 白菜みそ汁	米 片栗粉、砂糖 砂糖	鶏肉 かつお節 みそ	大根、ねぎ ほうれん草、小松菜、人参 白菜、玉ねぎ、しめじ	だしパック、酒、塩こしょう しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ナポリタン 牛乳	スパゲッティ、砂糖、油	ポークピッツ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、トマト缶	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう
9 木	昼食	ごはん 魚の西京焼き 根菜のきんぴら ほうれん草のすまし汁	米 砂糖 ごま、砂糖、ごま油	魚、白みそ	れんこん、ごぼう、人参 ほうれん草、玉ねぎ、人参	酒、塩 しょうゆ、みりん、酒 昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ラスク、くだもの 牛乳	フランスパン、マーガリン、グラニュー糖	牛乳	くだもの	
10 24 金	昼食	親子丼 キャベツのじゃこ和え じゃがいものみそ汁	米、麩、片栗粉、砂糖、油 油、砂糖 じゃがいも	鶏肉、卵 ちりめんじゃこ わかめ、みそ	玉ねぎ、ねぎ キャベツ、パセリ 玉ねぎ	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 酢、塩 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ほうじ茶クッキー 牛乳	小麦粉、マーガリン、砂糖	卵 牛乳		ほうじ茶葉、ベーキングパウダー
13 27 月	昼食	ごはん 肉豆腐 キャベツのみそ汁	米 砂糖、油	豚肉、豆腐、かつお節 ちくわ、みそ	玉ねぎ、ごぼう、ねぎ キャベツ、人参	しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク	牛乳		
14 28 火	昼食	パン 肉団子の豆乳スープ 切干大根サラダ くだもの	食パン、ジャム じゃがいも、小麦粉、マーガリン、片栗粉、油 砂糖、ごま油	鶏ミンチ、鶏レバー、卵、豆乳、牛乳、スキムミルク かにかま	玉ねぎ、人参、白菜、エリンギ、しょうが 切干大根、人参、きゅうり くだもの	コンソメ、酒、塩こしょう 酢、しょうゆ、塩こしょう
	午後おやつ	青菜じゃこおにぎり 牛乳	米、砂糖、ごま油	ちりめんじゃこ 牛乳	小松菜	塩、しょうゆ

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　体育あそび・・・2/7(火)、16(木)、28(火)
＊2/17(金)～18(土)造形展
＊2/21(火)お誕生日会　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
＊2/25(土)乳児、幼児・にじ参観日(午後の保育はありません)