

令和6年2月献立表(後期・完了期)

二川保育園

(川船作成)

日	曜	献立名			赤色	黄色	緑色
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品
5	月	じゃが芋煮	そばろうどん 白菜の和え物 さつま芋の味噌汁	♪おかかおにぎり 麦茶 オレンジ	豚肉 ごま 鰹節	うどん ごはん さつま芋 じゃが芋	葱 白菜 人参 玉ねぎ オレンジ 椎茸
6	火	人参スティック	ごはん 鱈のみそ煮 きゃべつの和え物 葱と豆腐のすまし汁	♪ほっとけーき 麦茶 いちご	鱈 豆腐	ごはん	もやし きゃべつ 人参 葱 玉ねぎ ほうれん草 いちご
7	水	さつま芋スティック	ごはん 鶏の照り煮 ほうれん草の和え物 大根の味噌汁	♪いちごゼリー 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん さつま芋	もやし きゃべつ 人参 葱 玉ねぎ ほうれん草 いちご 大根
8	木	バナナ	ごはん 鮭の煮物 ブロッコリーの和え物 ジュリエンスープ	♪きな粉スティックパン 麦茶 みかん	鮭 きな粉	ごはん 食パン	ブロッコリー 人参 きゃべつ 玉ねぎ みかん バナナ
9	金	スティックパン	ごはん 冬野菜の煮物 大根の和え物 オニオンスープ	♪チ子ミ 麦茶 りんご	豚肉	ごはん 食パン	大根 蓮根 りんご 人参 玉ねぎ ほうれん草 ブロッコリー バナナ
10	土	おかし	ごはん 煮物 スープ バナナ	バナナ 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ
26	月	人参スティック	野菜うどん 豚塩煮込み 青菜のそばろ和え	♪麩のラスク 麦茶 みかん	鶏肉 豚肉 きな粉	うどん 麩	白菜 玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 葱 みかん
13	火	バナナ	ごはん カレイのきゃべつ煮 蓮根の和え物 葱の味噌汁	♪トマトペンネ 麦茶 りんご	カレイ	ごはん ペンネ	蓮根 人参 もやし 玉ねぎ トマト きゃべつ りんご 葱 バナナ
14	水	さつま芋スティック	肉団子の煮物 スパサラ ポトフ	♪フルーツ和え 麦茶 せんべい	豚肉 豆腐	ごはん パスタ さつま芋 じゃが芋	玉ねぎ 胡瓜 人参 りんご カリフラワー ブロッコリー いちご バナナ
1	木	じゃが芋煮	ほっけの煮つけ ひじきの煮物 なめこの味噌汁	♪マーレードケーキ 麦茶 バナナ	ほっけ ひじき 豆腐	ごはん じゃが芋	人参 玉ねぎ ほうれん草 蓮根 玉ねぎ 葱 オレンジ バナナ なめこ
3	土	おかし	ごはん 豚肉の煮物 もやしの和え物 春雨スープ	♪蒸しパン 麦茶 みかん	豚肉	ごはん じゃが芋 春雨	玉ねぎ ほうれん草 人参 もやし みかん

節分給食

★誕生会 お楽しみ給食★

※献立内の青色は『しろくまちゃんのほっとけーき』にてくる『ほっとけーき』を午後のおやつに提供します。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※14・28日のスパサラは、さくら組・すみれ組の保護者からの紹介メニューです。



♪『しろくまちゃんのほっとけーき』♪

エプロンをしたしろくまちゃんが「わたし ほっとけーき つくるのよ」とやる気満々。
ホットケーキに必要な道具と材料を用意して、お母さんと一緒に、材料を順番にボウルに入れていきます。フライパンに生地を入れてホットケーキの焼ける場面は、見開きいっぱい
に描かれていて子どもたちに大人気です。



青菜のそばろ和え(4食分)

材料

小松菜 80g 人参 1/2本
もやし 1袋 鶏ひき肉 100g
水溶き片栗粉 適量 鰹節 適量
塩 ひとつまみ 醤油 2滴

作り方 ①小松菜を食べやすい大きさに切る。②人参は1cmの角切りにする。③もやしは短く切る。④鍋に水を入れ、ひき肉を入れて火にかける。⑤肉に火が通ったら、切った野菜を入れて煮る。⑥野菜に火が通ったら、塩と醤油で味付けをし、水溶き片栗粉でとろみを付ける。⑦鰹節をかけて完成。

★小分けにして冷凍保存◎電子レンジ解凍◎

都合により献立、食材が変更になる場合があります。 以上児のエネルギーは、主食を含んでいない時は未満児より低くなります。