

# 2月献立表

(旬の食材)

(小松菜・ほうれん草・季節の柑橘)

	日(月)	日(火)	日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)
10時				牛乳	牛乳	スタミン
昼食				玄米ごはん 魚の竜田揚げ 白菜の煮浸し りんご	(節分鬼プレート) ひじきごはん 鶏肉の照り煮 ウインナー いちご	ごはん 高野豆腐の煮物 ハムサラダ
15時				(豆煎り) おにぎり(ゆかり)	牛乳 おにまんじゅう	牛乳 菓子・果物
	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	中華丼 ひじきサラダ りんご	玄米ごはん おでん 小松菜のサラダ おかずいりこ	玄米ごはん 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ バナナ	玄米ごはん 豚肉のしょうが焼き かぼちゃの含め煮 汁物	玄米ごはん 牛肉の香味焼き もやしのごま和え 季節の柑橘	わかめごはん 回鍋肉 コーンサラダ
15時	牛乳 フライドポテト	牛乳 菓子	牛乳 ごまマフィン	飲むヨーグルト 菓子	おにぎり(おかか)	牛乳 菓子・果物
	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
10時		牛乳	ジュース	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	(振替休日)	玄米ごはん ちくわの磯辺揚げ 白和え バナナ(ししゃも)	(バレンタインメニュー) ハートカレーライス ブロッコリーサラダ いちご	玄米ごはん 牛肉のねぎ焼き もやしのナムル 味噌汁	パン 豚肉のオーロラソース さつま芋サラダ 牛乳・りんご	ごはん 肉豆腐 グリーンサラダ
15時		牛乳 菓子	牛乳 バレンタインクッキー	牛乳 ハムサンド	きのご雑炊	野菜ジュース 菓子
	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳		スタミン
昼食	いるか組リクエストメ ニュー ケチャップライス とり天 コールスロー 季節の柑橘	保育園ビビンバ ほうれん草のナムル 汁物	玄米ごはん かきあげ ひじき煮 バナナ	玄米ごはん 鶏肉のソース煮 小松菜のお浸し 汁物	(天皇誕生日)	ゆかりごはん 豚肉のケチャップ炒め ブレンチサラダ
15時	子育て先生 リクエストメニュー フルーツサンド	牛乳 おからマフィン	ビーフン炒め	牛乳 菓子		牛乳 菓子・果物
	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	日( )	日( )
10時	牛乳	牛乳	ジュース	牛乳		
昼食	パン ハンバーグ ツナサラダ 牛乳・バナナ	栄養満点ごはん 肉じゃが 小松菜の酢和え	玄米ごはん 魚のレモン煮 ほうれん草のごま和え 汁物	玄米ごはん 大根の煮物 白菜のおかか和え りんご(納豆)		
15時	焼きうどん	飲むヨーグルト 菓子	おにぎり (わかめ)	牛乳 さつま芋のガレット		

・材料購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

・13日のししゃもはぺんぎん・らいおん組、29日の納豆はらいおん組が食べます。

・パンの日について...こあら・りす組はロールパン、あひる・ぺんぎん・らいおん組は米粉パンになります。