



2月 幼児食献立表



きららうえばる保育園
栄養士 照屋恵美

令和6年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日曜日	果物	昼食	おもな食材(食品)			日曜日	果物	昼食	おもな食材(食品)		
			赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1 木	バナナ	ミートスパゲティ かみかみあえ ワカメスープ	サキイカ ワカメ	スパゲティ	玉ねぎ 人参 セロリ コーン トマト	16 金	パイナップル	ご飯 サバのカレー揚げ 筑前煮 ソーメン汁	サバ 鶏肉 ソーメン	白米 こんにゃく	トマト 大根 人参 ごぼう 絹さや ねぎ
	午後おやつ	切干大根おにぎり チーズ	チーズ	白米 ごま	切干大根 人参		午後おやつ	ヨーグルトあえ ビスケット	ヨーグルト	ビスケット	みかん缶 パイン缶
2 金	みかん	節分鬼ドライカレー スパサラダ コンソメスープ	豚ミンチ ウインナー 大豆 卵	白米 スパゲティ マヨネーズ	玉ねぎ 人参 コーン ピーマン レーズン 人参 胡瓜	17 土	バナナ	生姜焼き丼 胡瓜とちくわの和え物 みそ汁	豚肉 ちくわ	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 煮仁 玉ねぎ ねぎ
	午後おやつ	恵方巻風ロールサンド 牛乳	牛乳	食パン バター ジャム			午後おやつ	ビスコ 小魚 牛乳	小魚 牛乳	ビスコ	
3 土	バナナ	ジュシー 胡瓜の和え物 豚汁	ツナ缶 ひじき わかめ ちくわ 豚肉	白米 こんにゃく	人参 にはら 胡瓜 大根 人参 ねぎ	19 月	オレンジ	大根チキンカレー コールスローサラダ ワカメスープ	鶏肉 牛乳 ちくわ	白米 じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 大根 GP キャベツ 胡瓜 りんご 人参 えのき ねぎ
	午後おやつ	動物ビスケット プルーン 牛乳	牛乳	ビスケット	プルーン		午後おやつ	りんごケーキ 牛乳	卵 牛乳	ケーキMIX バター 砂糖	りんご
5 月	オレンジ	ご飯 豚肉の南部揚げ クレープイリチー ゆし豆腐	豚肉 卵 ちきあぎ 昆布 ゆし豆腐	白米 小麦粉 こんにゃく	トマト 切干大根 にはら ねぎ	20 火	バナナ	麦ご飯 納豆みそ チーズちくわ揚げ 鶏汁	納豆 ちくわ チーズ 鶏肉	白米 押し麦 てんぷら粉	トマト 大根 人参 ねぎ
	午後おやつ	ホットココア バナナ クラッカー	牛乳	ココア クラッカー	バナナ		午後おやつ	オートミールクッキー 牛乳	卵 牛乳	小麦粉 オートミール 砂糖 BP バター	
6 火	りんご	ご飯 タンドリーチキン 人参しりしり 冬瓜のみそ汁	鶏肉 ヨーグルト ウインナー 卵	白米	人参 玉ねぎ いんげん 冬瓜 しめじ ねぎ	21 水	みかん	三枚肉そば 大根の和え物 金時豆の甘煮	三枚肉 かまぼこ ツナ缶	沖縄そば 金時豆 黒糖 砂糖	ねぎ 大根 胡瓜
	午後おやつ	チーズ蒸しパン 牛乳	卵 牛乳 粉チーズ	ケーキMIX 砂糖 油			午後おやつ	いなり寿司 お茶	いなり皮	白米	人参 椎茸
7 水	たんかん	肉うどん 春菊の白和え ポテトフライ	豚肉 かまぼこ 木綿豆腐 ツナ缶	うどん	長ネギ 玉ねぎ ほうれん草 春菊 人参	22 木	りんご	もちきびご飯 魚の天ぷら 豆腐チャンプルー 冬瓜のみそ汁	白身魚 豚肉 厚揚げ	白米 もちきび てんぷら粉	トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 にはら 冬瓜 しめじ ねぎ
	午後おやつ	鮭おにぎり 牛乳	鮭 牛乳	白米			午後おやつ	チョコチップスコーン 牛乳	牛乳	バター チョコ ケーキMIX	
8 木	パイナップル	玄米ご飯 魚の西京焼き きんぴらごぼう すまし汁	白身魚 ちきあぎ 絹豆腐	白米 玄米	ブロッコリー ごぼう 人参 小松菜 ねぎ	24 土	バナナ	チャーハン 胡瓜の和え物 キャベツスープ	鶏ミンチ ツナ缶 ベーコン	白米	玉ねぎ 人参 からし菜 コーン 胡瓜 人参 キャベツ ねぎ
	午後おやつ	アメリカンドック 牛乳	ウインナー 卵 牛乳	ケーキMIX			午後おやつ	黒棒 チーズ 牛乳	チーズ 牛乳	黒棒	
9 金	オレンジ	《旧正月メニュー》				26 月	オレンジ	もずく丼ぶり 南瓜サラダ 味噌汁	もずく 豚ミンチ 卵 チーズ 絹豆腐	白米 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 南瓜 レーズン ほうれん草
	午後おやつ	アガラサー 牛乳	牛乳	強力粉 黒糖 重曹			午後おやつ	ソーメンチャンプルー ヤクルト	ツナ缶 ヤクルト	ソーメン	もやし にはら
10 土	バナナ	ひき肉親子どんぶり 胡瓜の和え物 大根のみそ汁	鶏ミンチ 卵 ツナ缶 アーサ	白米	人参 玉ねぎ かいわれ 胡瓜 コーン 大根 ねぎ	27 火	バナナ	麦ご飯 鮭のオーロラソース焼き 麩チャンプルー ゆし豆腐	鮭 卵 ポーク ゆし豆腐	白米 押し麦 マヨネーズ 車麩	トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 にはら ねぎ
	午後おやつ	タンナファクルー レーズン 牛乳	牛乳	タンナファクルー	レーズン		午後おやつ	ハムチーズサンド 牛乳	ハム チーズ 牛乳	パン マヨネーズ	
13 火	グレープ フルーツ	もちきびご飯 カラフルマーボー豆腐 春雨サラダ 卵スープ	豚ミンチ ハム 卵	白米 もちきび	長ネギ 人参 ピーマン 胡瓜 小松菜	28 水	りんご	ご飯 豚肉のみそ漬け焼き マカロニサラダ 冬瓜のすまし汁	豚肉	白米	玉ねぎ 人参 いんげん 胡瓜 みかん缶 人参 冬瓜
	午後おやつ	ヒラヤーチー 牛乳	ツナ缶 卵 牛乳	小麦粉	ねぎ		午後おやつ	芋天ぷら 牛乳	牛乳	さつまいも てんぷら粉	
14 水	いちご	チーズバーガー ほうれん草サラダ クラムチャウダー	豚ミンチ チーズ ツナ缶 ベーコン 牛乳	パン パン粉	玉ねぎ ほうれん草 人参 玉ねぎ パセリ 人参 コーン	29 木	グレープ フルーツ	もちきびご飯 きびなごの唐揚げ ひじき炒め 豆腐のみそ汁	きびなご ひじき 豚肉 厚揚げ	白米 もちきび	トマト 人参 にはら 白菜 ねぎ
	午後おやつ	バレンタインクッキー 牛乳	牛乳	バター 砂糖 ケーキMIX			午後おやつ	ココアブラウニー 牛乳	卵 牛乳	砂糖 小麦粉 油 ココア	
15 木	お弁当会 & お誕生会					<p>※ 食材の都合により献立を変更することがあります。 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。 ※ 12日(月)祝日 建国記念日 ※ 23日(金)祝日 天皇誕生日</p>					