

こんだてひょう

2022年度 2月

ひ に ち	よ う び	しゅしよく	おかず	さんしよくぶるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちかになる	ちようしをととのえる		
1	水	ごはん	とりにくのさっぱりに ほうれんそうのごまあえ みそじる いちご むぎちや	とりにく みそ とう ふ	こめ さとう ごま	にんにく しょうが にんじん もやし ほ うれんそう	ビスケット ぎゅうにゅう	ふかしいも ぎゅうにゅう
2	木	バターロール	さけクリームシチュー まくろくろすけサラダ キウイフルーツ むぎちや	とりにく ぎゅうにゅう う さけ ハム	バターロール じゃが いも さとう ごまあ ぶら	にんじん たまねぎ コーン パセリ きゅう り だいこん	のりせんべい ぎゅうにゅう	りんごのバリバリパイ ぎゅうにゅう
3	金	ちゅうかふうおこわ	とりにくのてりやき キャベツのあさづけ いわしのつみれじる むぎちや	ぶたにく とりにく つみれ みそ	こめ もちごめ さと う ごまあぶら	にんじん ほししいた け ながねぎ きゅう り キャベツ	クッキー ぎゅうにゅう	チーズむしパン ぎゅうにゅう
4	土	しらすごはん	ぶたにくとピーマンのいためもの かぼちゃのあまに だいこんとささみのスープ むぎちや	しらす ぶたにく と りにく	こめ ごま ごまあぶ ら さとう	しょうが たまねぎ もやし ピーマン か ぼちゃ だいこん	ビスケット ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…ごせんべい) ぎゅうにゅう
6	月	けんちんうどん	あつやきたまご わかめサラダ バナナ ぎゅうにゅう	ぶたにく とうふ た まご ハム ぎゅう にゅう	うどん さといも こ まあぶら ごま さと う	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ は くさい わかめ	クッキー ぎゅうにゅう	ツナとごまつなのおにぎり むぎちや
7	火	ごはん	しろみざかなのムニエル まいたけとトマトのソテー はくさいとハムのスープ オレンジ むぎちや	かじき ベーコン ハ ム	こめ ごむぎこ パ ター サラダあぶら	にんにく まいたけ ミニトマト コーン パセリ はくさい	えびせん ぎゅうにゅう	オレオスコーン ぎゅうにゅう
8	水	しよくパン (ジャム)	とりだんごのスープに ジャーマンポテト かたねぎチーズ パイナップル ぎゅうにゅう	とりにく たまご ベーコン ぎゅうにゅう	しよくパン ジャム かたくりこ はるさめ	しょうが にんじん しいたけ ながねぎ はくさい にんにく	パイ ぎゅうにゅう	きなこおらusk むぎちや
9	木	シーフード カレーライス	ワインナーのしょうゆいため ほうれんそうときのこのサラダ りんご ぎゅうにゅう	とりにく えび ウイ ンナー ベーコン ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも サ ラダあぶら さとう マヨネーズ	にんじん たまねぎ しょうが しめじ え のきだけ	クラッカー ぎゅうにゅう	ちぢみ むぎちや
10	金	ごはん	とりにくのねぎソースがけ ごもくひじき とうふとみずなのわふうスープ むぎちや	とりにく さつまあげ とうふ	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう ごま	ながねぎ にんじん ひじき さやいんげん みずな	わかめせんべい ぎゅうにゅう	キャロットゼリー ぎゅうにゅう
13	月	ごはん	おろしハンバーグ ほうれんそうのなっとうあえ こんさいじる むぎちや	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご しらす なっとう みそ	こめ パンこ さとう ごまあぶら さつま いも	たまねぎ だいこん にんじん えのきだけ ほうれんそう ごぼう	あまからせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	スイートパンキン ぎゅうにゅう
14	火	バターロール	さわらのこうそうやき だいこんのまめツナサラダ オニオンスープ ぎゅうにゅう	さわら こなチーズ ツナ ぎゅうにゅう	バターロール パンこ オリブオイル さと う	パセリ にんにく た まねぎ トマト にん じん だいこん	サブ ぎゅうにゅう	わかめおにぎり むぎちや
15	水	ごはん	チキンのバターしょうゆやき わふうポテトサラダ かきたまみそじる みかん むぎちや	とりにく ハム ツナ みそ たまご	こめ ごむぎこ パ ター じゃがいも さ とう	にんにく にんじん きゅうり コーン え のきだけ	しおせんべい (1才児…えびせんべい) ぎゅうにゅう	あんまん ぎゅうにゅう
16	木	ぶたにくともやしの あんかけそば	シュウマイ たことキャベツのちゅうかサラダ グレープフルーツ ぎゅうにゅう	ぶたにく たこ ぎゅう にゅう	ちゅうかめん サラダ あぶら かたくりこ	たまねぎ もやし パ プリカ なら きゅう り キャベツ	ウエハース ぎゅうにゅう	ワインナーとチーズの パンケーキ むぎちや
17	金	あぶたまどん	あじつきごさかな しらすあえ もものかんづめ むぎちや	あぶらあげ なたと たまご とうふ	こめ さとう かたくり こ ごま こんや く	ながねぎ こねぎ や きのり にんじん ほ うれんそう もも	ビスケット ぎゅうにゅう	コンソメフライドポテト ぎゅうにゅう
18	土	えびなチャーハン	ばんざんすい わかめのちゅうかスープ キウイフルーツ ぎゅうにゅう	たまご さくらえび ハム ぎゅうにゅう	ごまあぶら こめ は るさめ さとう サラ ダあぶら	ながねぎ ごまつな にんじん きゅうり コーン しょうが	あまからせんべい (1才児…ごせんべい) ぎゅうにゅう	コーンフレーク ぎゅうにゅう
20	月	ゆかりごはん	マーボーなす ちくわのいそべやき ナムル むぎちや	ぶたにく みそ とう ふ ちくわ	こめ サラダあぶら かたくりこ ごまあぶ ら	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ほししいたけ	しおせんべい ぎゅうにゅう	りんご ぎゅうにゅう
21	火	ふりかけごはん	ぶたにくのたまねぎソースがけ あおなとしらすのいためもの おすいもの いちご むぎちや	ぶたにく しらす あ ぶらあげ とうふ	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん ごまつな しめじ な がねぎ いちご	ビスケット ぎゅうにゅう	ツナマヨトースト ぎゅうにゅう
22	水	とうにゅうスープ スパゲティ	チキンとやさいのグリル バターコーン プリン ジュース	ベーコン とりにく とうにゅう	スパゲティ サラダあ ぶら オリブオイル バター	にんにく にんじん たまねぎ しめじ み ずな かぼちゃ	チーズサンドクラッカー ぎゅうにゅう	いなりすし むぎちや
24	金	ミルクパン	さけのタンドリーやき ダイスチーズサラダ もやしのたまごスープ ぎゅうにゅう	ヨーグルト さけ ハ ム チーズ たまご ぎゅうにゅう	ミルクパン さとう サラダあぶら かたくり こ	にんにく にんじん きゅうり キャベツ コーン もやし	ざらめせんべい (1才児…きなこせんべい) ぎゅうにゅう	ストロベリーミルクプリン むぎちや
25	土	ごはん	すぶた キャベツのおかかあえ とうみょうとえのきのわふうスープ りんご むぎちや	ぶたにく かつおぶし とうふ	こめ さとう かたくり こ	にんじん たまねぎ ほししいたけ ピーマ ン きゅうり	ビスケット ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…ボンせん) ぎゅうにゅう
27	月	ごはん (とりそば)	おでん いわしスティック もやしのごまサラダ デコボン むぎちや	とりにく さつまあげ ウィンナー	こめ さとう ちくわ ぶ ごま ごまあぶら	こんぶ だいこん に んじん きゅうり も やし デコボン	クリームサンドクラッカー ぎゅうにゅう	たこいりおのみやき ぎゅうにゅう
28	火	かたやきそば	きゅうりとちくわのごまあえ バナナ とうにゅう	ぶたにく えび ちく わ とうにゅう	ちゅうかめん かたくり こ ごまあぶら こ ま	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし はくさい	しおせんべい ぎゅうにゅう	うめとしらすのおにぎり むぎちや

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します

☆延長保育用おやつは別途あります

園内節分会

3日(金)

年長さんが豆をまきます。
豆はお土産として
持ち帰ります。



園内涅槃会

15日(水)

父母と教師の会より
おまんじゅうの提供があります。
お土産として
持ち帰りますので
お返し上がりください。

誕生会

22日(水)

おたんじょうび
おめでとう



今月の平均栄養摂取量(給食)

エネルギー	492 kcal
たんぱく質	16.3 g

ルンビニー保育園