



2月の献立予定表

平成31年

松江保育所

日曜	主食	おかず		午後おやつ	家で補う食品
		全児	1~2才児のみ		
1 金	鶏の照り焼き丼	鬼退治 (大豆サラダ) 鹿島汁 ふろふき大根 苺	ほうれん草の磯和え	牛乳 鬼に金棒	卵類 緑黄色野菜
2 土	チキンライス	白菜の卵とじ ぼんかん		牛乳 バターロール	
4 月	ごはん	八宝菜 ふとわかめのみそ汁 ブロッコリーサラダ ぼんかん	ひじき煮	フルーツヨーグルト	魚介類 芋類
5 火	★麦ごはん	擬製豆腐 しじみ汁 ほうれん草のごま味噌あえ りんご	南瓜の煮物	牛乳 いなり寿司	魚介類 淡色野菜
6 水	ハヤシライス	★カミカミサラダ チーズ ぼんかん	粉ふき芋	牛乳 炊き込みおにぎり	大豆・大豆製品 緑黄色野菜
7 木	ごはん	鶏肉のごま味噌焼き かぶのみそ汁 キャベツのゆかりあえ ぼんかん	金時豆の甘煮	牛乳 りんごケーキ	卵類 緑黄色野菜
8 金	ごはん	魚の酢豚風 おこと汁 ★ゴボウサラダ ぼんかん	人参のおかか煮	牛乳 抹茶蒸しパン	肉類 緑黄色野菜
9 土	切り干しごはん	すき焼き風煮 ぼんかん		牛乳 スティックパン	
12 火	★麦ごはん	●ポトフ 五色ナムル りんご	さつま芋のオレンジ煮	牛乳 ケチャップドリア	魚介類 海藻類
13 水	ごはん	卵の花炒め しめじとピーマンのスープ 元気サラダ ぼんかん	オレンジ煮	牛乳 あんバタートースト	卵類 緑黄色野菜
14 木	中華風炊きおこわ	★切り干し大根のごま酢あえ ふと春菊のみそ汁 大豆の煮物 りんご	赤魚の煮つけ	牛乳 ココア蒸しパン	卵類 海藻類
15 金	ごはん	サバの味噌煮 さつまいも汁 小松菜のごまあえ いよかん	煮豆腐	牛乳 あんかけうどん	大豆・大豆製品 淡色野菜
16 土	ツナとコーンの炊き込みごはん	鶏すき ぼんかん		牛乳	
18 月	ごはん	豆腐のミートソースグラタン かき玉汁 白菜とツナのごまあえ りんご	小松菜の煮びたし	牛乳 焼き芋	魚介類 緑黄色野菜
19 火	★大豆ごはん	春菊とささみのサラダ 豆腐となめこのみそ汁 中華風卵焼き ぼんかん	チーズ	牛乳 野菜ラーメン	魚介類 淡色野菜
20 水	★麦ごはん	ハンバーグ スワンラータン 花野菜サラダ りんご	高野豆腐の煮物	牛乳 マカロニのきな粉和え	大豆・大豆製品 海藻類
21 木	ごはん	アジの春巻き じゃが芋のみそ汁 ★ブロッコリーのごまあえ いよかん	人参のおかか煮	牛乳 ●手作りパン	肉類 淡色野菜
22 金		お弁当の日		牛乳 小魚 ●クッキー	
23 土	豚丼	切り干し大根の煮物 ぼんかん		牛乳	
25 月	手巻き寿司	けんちん汁 苺 金柑 (以上児) (誕生会)	南瓜の煮物	牛乳 ケーキ	魚介類 緑黄色野菜
26 火	ごはん	南瓜とチーズのココット ●かみなり汁 ★五目きんぴら	ステックサラダ	牛乳 ●きな粉だんご	魚介類 淡色野菜
27 水	★麦ごはん	赤魚チリ キャベツのみそ汁 ひじき入り白和え いよかん	大根の煮物	牛乳 ●ピザトースト	肉類 緑黄色野菜
28 木	ごはん	麻婆豆腐 白菜のみそ汁 イカと大根の煮物 りんご	茹でブロッコリー	牛乳 カレーうどん	卵類 緑黄色野菜

※延長保育の軽食は、ほかほかおにぎりとお茶です。

※ひよこ (1歳になられたお子さん) こりす、りす組のお子さんは午前中に軽いお菓子と牛乳がつきまわります。

※●マークのついている献立は子ども参加のメニューです。

※★マークのついている献立はカミカミ献立です。噛むことを意識して食べます。

