

# 2がつのこんだてひょう

2025年02月

しろま保育園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名				
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他	
04 火	未満児午前おやつ	牛乳 りんご		牛乳	りんご		
	給食	タンドリーチキン コロコリサラダ 豆腐スープ	はるさめ、ごま油	鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、脱脂粉乳 ハム 木綿豆腐、白ごま	しょうが <small>きゅうり、にんじん、コーン缶、切り干し大根、わかめ</small> こまつな、しいたけ、ねぎ	食塩、カレー粉 酢、しょうゆ、白こしょう 中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩	
17 月	午後おやつ	4日 牛乳、豆かりんとう 17日 牛乳、マカロニきなこ	きび砂糖 マカロニ、きび砂糖	牛乳、福豆、きな粉 牛乳、きな粉			
	05 水	節分とは季節の分 かれ目という意味 です。旧暦では春 が1年の始まりとさ れていたため、立 18 火 春の前日の「節分」 が特に大切にされ ていました。季節の 分かれ目には邪気 が出るとされ、邪気 払いをするようにな ったと言われてい ます。	牛乳 せんべい 魚の甘辛揚げ 切り昆布の煮物 みそ汁	片栗粉、油、きび砂糖 たら ちくわ、油揚げ 味噌、油揚げ	牛乳 ヨーグルト(無糖)、卵	りんご、干しぶどう、レモン果汁	せんべい しょうゆ しょうゆ、本みりん、かつおだし汁、酒 煮干し、かつおだし
06 木	19 水	ママーボーだいこん きゅうりの南蛮漬け コーンスープ	片栗粉、ごま油 きび砂糖 片栗粉	木綿豆腐、豚ひき肉、味噌 卵	だいこん、にんじん、ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが きゅうり、にんじん クリームコーン缶、えのきたけ、チンゲン菜	しょうゆ、酒、中華だしの素、トウバンジャン 酢、しょうゆ、食塩 中華だしの素、食塩	
		牛乳 マシュマロコーン	コーンフレーク	牛乳 バター		みかん マシュマロ	
07 金	20 木	ビスケット		牛乳		ビスケット	
		チリコンカーン ブロッコリーのごま和え けんちん汁 ヨーグルト和え	油 きび砂糖 さといも、ごま油 砂糖	豚ひき肉、だいず(乾) 白ごま 木綿豆腐、鶏もも肉、油揚げ ヨーグルト(無糖)	たまねぎ、野菜ジュース、にんにく ブロッコリー だいこん、ごぼう、ねぎ、にんじん バナナ、みかん缶、もも缶	ケチャップ、コンソメ、カレー粉 しょうゆ かつおだし汁、しょうゆ、食塩	
10 月	25 火	うの花とは豆腐を 作る時に絞った 後に残った物です 食物繊維や質の 良いタンパク質な などの栄養が豊富に 含まれています	牛乳 カルシウムせんべい 煮込みハンバーグ うの花炒り煮 わかめスープ	片栗粉、きび砂糖 ごま油、砂糖	豚ひき肉 おから、油揚げ 白ごま	たまねぎ、しめじ、トマト缶、にんじん ねぎ、にんじん、干しいたけ、ひじき コーン缶、ねぎ、わかめ	カルシウムせんべい ケチャップ、ソース、ワイン(赤)、食塩、本みりん、コンソメ しょうゆ、みりん、かつおだし汁、酒 しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩
		12 水 12日は献立検討 会です。 喫食状況について 話し合いをします おやつは市販のも ので対応します。	牛乳 クラッカー 肉じゃが ひじきのツナ佃煮 みそ汁	じゃがいも、しらたき、きび砂糖 きび砂糖	豚肉 ツナ水煮、白ごま 味噌、油揚げ	ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、いんげん にんじん、ひじき だいこん、ねぎ、わかめ
13 木	27 木	人気メニューのカ レーは、ルウを手 作りしています。 おいしいカレー、楽 しみにしてくだ さいね	ヨーグルト ポークカレー かみかみサラダ 果物 お茶 焼きおにぎり	じゃがいも、小麦粉、油 マヨネーズ、ごま油	豚肉、バター、牛乳 さきいか	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが だいこん、きゅうり、にんじん りんご	カレールウ、ケチャップ、しょうゆ、ソース、コンソメ、カレー粉 しょうゆ、白こしょう
		14 金	牛乳 バナナ 魚の味噌チーズ焼き のり塩ナムル すまし汁	きび砂糖 ごま油	さけ、とろけるチーズ、味噌 白ごま 木綿豆腐、なると	バナナ はくさい、にんじん、こまつな、細切りのり えのきたけ、にんじん、ねぎ	本みりん、酒 しょうゆ(うすくち)、食塩 しょうゆ(うすくち)、かつおだし
21 金	季節の献立の日 塩尻で生まれたキ ムタクチャーハン です。キムチは少 量にして辛みは控 え目にしてあります	牛乳 ギンビス キムタクチャーハン 切り干しだいこんの五目煮 ミニゼリー いものこ汁		牛乳	ベーコン だいず水煮、油揚げ、さつま揚げ	キムチ、たくあん <small>切り干し大根、ひじき、干しいたけ、にんじん、いんげん</small>	ビスケット しょうゆ(うすくち)、本みりん、酒 ミニゼリー 煮干し
		牛乳 ジョア ビスケット	食パン、きび砂糖、片栗粉	バター、牛乳		鶏もも、油揚げ、味噌 ジョア	ビスケット

3日(月) 誕生日会  
21日(金) 季節の献立の日  
白ごはんはいりません  
白ごはんはいりません

\* 献立は変更になる場合があります