

平成31年2月の予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園

日 曜			あか	きいろ	みどり
	昼食	おやつ	体が大きくなる。歯や骨がじょうぶになる	力が出る。体があたたかくなる。	病気になりにくくなる。
1 金	まめまき会ランチ	おにさん スイスロール			
2 土	ポテサラサンド スティックパン 牛乳	せんべい	牛乳	食パン スティックパン じゃがいも	人参 キャベツ きゅうり
4 月	親子どんぶり 土佐和え たまねぎのみそ汁 フルーツ	お菓子	鶏肉 卵 かまぼこ みそ わかめ 牛乳 花かつお	米 片栗粉 蒸しパン粉	人参 玉ねぎ 小松菜 白菜 フルーツ
5 火	《カミカミデー》 トンカツ ゆかり和え【スチームキャベツ】 わかめご飯 豆腐のみそ汁	ホットケーキ	豚肉 わかめ 豆腐 みそ 牛乳 卵	パン粉 小麦粉 米 ごま ホットケーキミックス	キャベツ 人参
6 水	かやくうどん 【かやく煮込みうどん】 かぼちゃのそぼろ煮 フルーツ	赤飯おにぎり	うす揚げ ちくわ わかめ 鶏ミンチ 牛乳	うどん 米 もち米	人参 もやし 干しいたけ かぼちゃ フルーツ
7 木	肉じゃが 七分つきご飯【米飯】 切り麩のみそ汁 フルーツ	りんごジャム サンド	みそ わかめ 牛乳 豚肉	米 麩 じゃがいも 食パン りんごジャム	人参 玉ねぎ 糸こんにゃく さやいんげん フルーツ
8 金	お弁当の日	ウエハース			
9 土	ホットドッグ プチジャムロール 牛乳	ビスケット	ウインナー 牛乳	ロールパン いちごジャム	キャベツ
11 月	建国記念日				
12 火	エビフライ【白身魚フライ】 マカロニサラダ ゆかりご飯【米飯】 豆腐のみそ汁	パンケーキ	えび 卵 豆腐 みそ わかめ 牛乳	パン粉 マカロニ 米 ごま ホットケーキミックス	人参 きゅうり キャベツ パイン缶
13 水	けんちん風うどん 【けんちん煮込みうどん】 ハッシュドポテト フルーツ	パンせんべい	鶏肉 うす揚げ 牛乳 ちりめんじゃこ チーズ	うどん じゃがいも 食パン	人参 干しいたけ ごぼう フルーツ
14 木	白身魚のマヨドレ焼き キャベツのおひたし じゃがいものみそ汁 わかめご飯 フルーツ	バレンタイン スイーツ	白身魚 花かつお みそ わかめ 牛乳	米 じゃがいも ごま	キャベツ 人参 フルーツ
15 金	ポークシチュー 米飯 (ぞう組のみ食パンとジャム) マヨドレサラダ フルーツ	せんべい	豚肉 牛乳	じゃがいも 米	人参 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり フルーツ
16 土	カルシウムチャーハン 豆腐のみそ汁 フルーツ	お菓子	ちりめんじゃこ 豆腐 牛乳 みそ	米	人参 玉ねぎ ピーマン フルーツ
18 月	フライドチキン ポテトサラダ わかめご飯 豆腐のみそ汁 フルーツ	ミニ肉まん	鶏肉 豆腐 わかめ みそ 牛乳	片栗粉 じゃがいも 米 ごま 小麦粉	生姜 人参 きゅうり キャベツ フルーツ

日 曜			あか	きいろ	みどり
	昼食	おやつ	体が大きくなる。歯や骨がじょうぶになる	力が出る。体があたたかくなる。	病気になりにくくなる。
19 火	すきやき風煮物 麩のすまし汁 雑穀ご飯 フルーツ <b>食育の日</b>	マカロニ あべかわ	牛肉 わかめ みそ 牛乳 きなこ 豆腐 大豆	米 麩 マカロニ	人参 玉ねぎ えのき 白菜 小松菜 糸こんにゃく フルーツ
20 水	豚肉と野菜の中華麺 (野菜煮込みうどん) 蒸しシューマイ【さつまいもの煮物】 フルーツ	きなこおにぎり	豚肉 ちくわ わかめ 牛乳 きなこ	中華麺 ごま 米 もち米	人参 もやし 白菜 フルーツ
21 木	チキンライス おひたし 麩のみそ汁	お好み焼き	鶏肉 花かつお みそ わかめ 牛乳 卵 青のり	米 麩 小麦粉 天かす	人参 玉ねぎ ピーマン 白菜 小松菜
22 金	スパゲッティミートソース 【野菜煮込みうどん】 キャベツとツナのサラダ フルーツ	お菓子	牛乳 豚ミンチ シーチキン	スパゲッティ	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり フルーツ
23 土	ミックスサンドイッチ 一口ジャムサンド 牛乳	せんべい	ハム 卵 シーチキン 牛乳	食パン いちごジャム	キャベツ きゅうり
25 月	和風チャーハン 白菜と厚揚げの煮物 麩のみそ汁 フルーツ	豆腐の パンケーキ	鮭 厚揚げ みそ わかめ 牛乳 豆腐	米 麩 ジャム ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ ピーマン 白菜 フルーツ
26 火	ポテトコロッケ オーロラサラダ わかめご飯(ぞう組のみのり付き) 豆腐のみそ汁	いちご風味 蒸しパン	わかめ 豆腐 みそ 牛乳	じゃがいも パン粉 米 蒸しパン粉 ごま いちごジャム	キャベツ 人参 きゅうり
27 水	きつねうどん 【きつね煮込みうどん】 大豆の磯煮 フルーツ	きなこバター サンド	うす揚げ ちくわ わかめ 大豆 ひじき 厚揚げ きなこ 牛乳	うどん 食パン バター	人参 干しいたけ フルーツ
28 木	豆腐の肉野菜あんかけ 七分つきご飯【米飯】 かぼちゃのみそ汁 フルーツ	みたらし団子 (ビスケット)	豚肉 豆腐 わかめ みそ 牛乳	米 白玉粉 片栗粉	人参 玉ねぎ 干しいたけ さやいんげん かぼちゃ フルーツ

月平均		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)
		未満児	487Kcal	17.1g	16.0g
	3歳以上	554Kcal	20.8g	17.2g	1.9g

※材料搬入ならびに保育内容や年齢などにより献立が変更されることがあります。  
 ※食物アレルギーなどの対応については主治医の指導に基づいて毎月必ず担任にご相談下さい。  
 ※( )はひよこ組・りす組の献立です。  
 ※【 】はひよこ組の献立です。

～ 節分について ～

節分(せつぶん/せちぶん)は、雑節の一つで、各季節の始まりの日(立春・立夏・立秋・立冬)の前日のことです。節分とは「季節を分ける」ことも意味しています。旧暦12月末日(大晦日)と立春前日の節分は、ともに年越しの日と意識されていました。今も節分を「年越し」「年取り」と呼ぶ地域があるのはこの名残です。宮中行事が庶民に採り入れられた頃から、当日の夕暮れ、柊の枝に鰯の頭を刺したもの(柊鰯)を戸口に立てておいたり、寺社で豆まきをしたりするようになりました。



平成31年2月の予定献立表 (離乳食 生後5か月～6か月頃)

1(金)	人参ペースト、白身魚ペースト、10倍粥
2(土)	くたくたパン粥

4(月)	人参ペースト、小松菜ペースト、10倍粥
5(火)	キャベツペースト、白身魚ペースト、10倍粥
6(水)	うどんペースト、かぼちゃペースト、豆腐ペースト
7(木)	白菜ペースト、白身魚ペースト、10倍粥
9(土)	くたくたパン粥

12(火)	豆腐ペースト、人参ペースト、10倍粥
13(水)	うどんペースト、じゃがいもペースト、人参ペースト
14(木)	白身魚ペースト、キャベツペースト、10倍粥
15(金)	豆腐ペースト、たまねぎペースト、10倍粥
16(土)	くたくたパン粥

18(月)	豆腐ペースト、キャベツペースト、10倍粥
19(火)	じゃがいもペースト、白身魚ペースト、10倍粥
20(水)	うどんペースト、人参ペースト、白菜ペースト
21(木)	たまねぎペースト、豆腐ペースト、10倍粥
22(金)	うどんペースト、たまねぎペースト、キャベツペースト
23(土)	くたくたパン粥

25(月)	豆腐ペースト、たまねぎペースト、10倍粥
26(火)	じゃがいもペースト、人参ペースト、10倍粥
27(水)	うどんペースト、人参ペースト、たまねぎペースト
28(木)	豆腐ペースト、かぼちゃペースト、10倍粥

※季節のフルーツがつきます。柑橘類やりんご、バナナなどを予定しています。

※材料搬入の都合により献立が変更されることがあります。

※ご家庭と連携し進めて参りたいと考えます。毎日の体調や食物アレルギーなど、  
気になることがあれば必ず担任と相談してください。

平成31年2月の予定献立表 (離乳食 生後7か月～8か月頃)

1(金)	白身魚のくず煮、野菜のくたくた煮、つぶし粥、豆腐のすまし汁
2(土)	とろとろ豆乳パン粥、ヨーグルト

4(月)	ササミと野菜のあんかけつぶし粥、青菜のくたくた煮、たまねぎのみそ汁、フルーツ
5(火)	白身魚の煮物、キャベツのつぶし煮、つぶし粥、豆腐のみそ汁
6(水)	野菜くたくた煮込みうどん、かぼちゃのつぶし煮、フルーツ
7(木)	ツナと野菜と豆腐のつぶし煮、つぶし粥、豆腐のみそ汁、フルーツ
9(土)	とろとろ豆乳パン粥、ヨーグルト

12(火)	白身魚のくず煮、キャベツのくたくた煮、つぶし粥、豆腐のみそ汁
13(水)	野菜くたくた煮込みうどん、じゃがいものつぶし煮、フルーツ
14(木)	白身魚のくず煮、キャベツのくたくた煮、つぶし粥、じゃがいものすまし汁、フルーツ
15(金)	ササミと野菜のつぶし煮、つぶし粥、豆腐のすまし汁、フルーツ
16(土)	とろとろ豆乳パン粥、ヨーグルト

18(月)	マッシュポテト、ササミのほぐし煮、つぶし粥、豆腐のみそ汁、フルーツ
19(火)	ツナと野菜のくたくた煮、つぶし粥、豆腐のすまし汁、フルーツ
20(水)	野菜くたくた煮込みうどん、さつまいものつぶし煮、フルーツ
21(木)	青菜のくたくた煮、野菜つぶし粥、豆腐のみそ汁
22(金)	野菜くたくた煮込みうどん、じゃがいものつぶし煮、フルーツ
23(土)	とろとろ豆乳パン粥、ヨーグルト

25(月)	野菜つぶし粥、白菜と豆腐のくたくた煮、豆腐のみそ汁、フルーツ
26(火)	マッシュポテト、キャベツのくたくた煮、つぶし粥、豆腐のみそ汁
27(水)	野菜くたくた煮込みうどん、さつまいものつぶし煮、フルーツ
28(木)	ツナと野菜と豆腐のつぶし煮、つぶし粥、かぼちゃのみそ汁、フルーツ

※季節のフルーツがつきます。柑橘類やりんご、バナナなどを予定しています。

※材料搬入の都合により献立が変更されることがあります。

※ご家庭と連携し進めて参りたいと考えます。毎日の体調や食物アレルギーなど、気になることがあれば必ず担任と相談してください。