



## 2月献立表



令和5年1月31日社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ (未満児) アレルギー児 対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	水	牛乳・サツポロポテト	牛乳→麦茶	鱈西京焼き・竹輪海女ちゃん揚げ・春雨ツナサラダ・キャベツ味噌汁・りんご		牛乳・ブリッツ	牛乳→麦茶 ブリッツ→塩煎餅
2	木	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶	鶏塩焼き・カレーマカロニソテー・きゅうりさっぱり漬け・大根味噌汁・オレンジ		牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶
3	金	フルーツゼリー		鬼バーグ・焼きそば・ポテトサラダ・野菜スープ・苺		牛乳★鬼まんじゅう	牛乳→麦茶
4	土	麦茶・ばかうけ		ドライカレー・野菜スープ・りんご		麦茶・塩煎餅	
5	日						
6	月	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	鮭ごま竜田・コーンサラダ<りんごドレッシング>・細切りピーマンの炒め物・白菜味噌汁・オレンジ		牛乳・えびせん	牛乳→麦茶
7	火	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	鶏マーレード焼き・大根サラダ・かぼちゃごま煮・なめこ汁・りんご		ヨーグルト・塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
8	水	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	鱈揚げ煮・キャベツソテー・椎茸入り納豆・じゃが芋味噌汁・バナナ	バナナ →りんご	★醤油ラーメン	
9	木	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鶏ソース焼き・ひじき五目煮・レンコンサラダ・若布味噌汁・オレンジ		牛乳・まがり煎餅	牛乳→麦茶 まがり煎餅→塩煎餅
10	金	牛乳・ベジ食べる	牛乳→麦茶	炒り豆腐・かぼちゃ天ぷら・ブロッコリーサラダ・大根味噌汁・グレープフルーツ(りんご)		牛乳★山田煎餅もち	牛乳→麦茶
11	土			建国記念の日			
12	日						
13	月	牛乳・サツポロポテト	牛乳→麦茶	鮭味噌カツ・きんぴらごぼう・マカロニ大豆サラダ・キャベツ味噌汁・オレンジ		牛乳★ようかん	牛乳→麦茶
14	火	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶	ハンバーグ・和風スパゲティ・ブロッコリーツナ和え・高野豆腐味噌汁・グレープフルーツ(りんご)		ジョアマスカット ★チョコ蒸しパン (りんご蒸しパン)	ジョア →ブドウジュース
15	水	フルーツゼリー		鱈香味焼き・ミニ春巻き・白菜お浸し・豆腐味噌汁・バナナ	バナナ →りんご	牛乳・かりんとう	牛乳→麦茶
16	木	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	和風麻婆豆腐・竹輪唐揚げ・パンバンジー風サラダ・若布スープ・オレンジ		牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶
17	金	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	チキンカツ・フレンチハムサラダ<胡麻ドレッシング>・トマト・大根味噌汁・バナナ	バナナ →りんご	牛乳★カレーまん	牛乳→麦茶
18	土	麦茶・コーン菓子		生姜焼き丼・豆腐味噌汁・りんご (3歳児参観日)		麦茶・パイ菓子	
19	日						
20	月	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	焼き餃子・炒合菜・彩りナムル・若布スープ・バナナ	バナナ →りんご	牛乳★大学芋	牛乳→麦茶
21	火	牛乳・ポテコ	牛乳→麦茶	鯖照り焼き(鱈照り焼き)・ポイルウインナー・小松菜と大根のサラダ・豆腐味噌汁・りんご		牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
22	水	牛乳・ベジ食べる	牛乳→麦茶	タコライス・唐揚げ・バリバリサラダ・春雨カレーソテー・野菜スープ・オレンジ (誕生会)		★りんごゼリー・ ビスケット	
23	木			天皇誕生日			
24	金	牛乳・サツポロポテト	牛乳→麦茶	豚大根・トマト・グリーンサラダ・なめこ汁・オレンジ		牛乳 ★ウインナーロール	牛乳→麦茶
25	土	麦茶・塩煎餅		鶏そばろ・豆腐味噌汁・りんご		麦茶・揚げ煎餅	
26	日						
27	月	牛乳・ハッピーターン	牛乳→麦茶	鮭ごま味噌焼き・じゃが芋挽肉あんかけ・ピクルス・なめこ汁・りんご		ヨーグルト・ 塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
28	火	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	酢豚・中華春雨サラダ・枝豆・中華スープ・オレンジ		牛乳★鮭おにぎり	牛乳→麦茶

2月平均摂取エネルギー(以上児:574Kcal・未満児:486Kcal) ※ご家庭での食事に変化がありましたらお知らせ下さい。※( )は未満児(0・1・2歳児)に提供予定です。

※都合により献立変更する場合があります。ご了承下さい。 ※お箸・おしぼりセットは毎日きれいに持たせて下さい。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・竹輪・かまぼこ等の加工食品はアレルゲンフリーの物を提供します。

### お楽しみ!!リクエストメニュー

2・3月の献立では、年長組の皆さんからのリクエストメニューを取り入れています(緑で記載)。「ほく」「わたし」のリクエストしたメニューはあったかな?

2月は1年の中でも寒さの厳しい月ですが、たくさん食べて、寒さに負けない体を作りましょう。