

2月

献立表

2025年度
なでしこ保育園

	献立	赤 (血や肉になるもの)	黄 (カや体温になるもの)	緑 (体の調子を整えるもの)	調味料	おやつ
2 16 (月)	鶏の塩麹焼き	鶏肉			塩麹	マーブルクッキー (小麦粉、バター 砂糖、ココア スキムミルク) オレンジ 牛乳
	かぶの梅肉和え			かぶ ほうれん草 人參 キャベツ	梅干し 砂糖 醤油	
	みそ汁	わかめ	さつまい	たまねぎ 人參 舞茸	みそ	
	ごはん		ごはん			
3 (火)	いわしハンバーグ	いわし 鶏ミンチ 豆腐	片栗粉	たまねぎ 青ねぎ 生姜	砂糖 塩 醤油 みりん 酒	恵方巻 (米、ツナ、マヨドレ きゅうり、人參 砂糖、酢、塩、海苔) 年少：昆布 年長：いりこ ほうじ茶
	五目豆	鶏肉 大豆 昆布		たまねぎ 人參 れんこん 乾しいたけ	砂糖 醤油 みりん	
	豆乳みそ汁	豆乳		大根 人參 小松菜 南瓜	みそ	
	ごはん		ごはん			
17 (火)	せり鍋風	鶏肉 焼き豆腐		白菜 ごぼう 白ねぎ 白滝 舞茸 せり	醤油 酒 塩	すんだもち (白玉粉、上新粉 豆腐、砂糖 枝豆、砂糖、塩) りんご 牛乳
	柿なます			大根 人參 干し柿	砂糖 酢 塩	
	呉汁	大豆	里芋	たまねぎ 人參 青ねぎ	みそ	
	ごはん 煮干しのふりかけ	煮干し	ごはん		砂糖 醤油 みりん	
4 18 (水)	ポトフ	豚肉	じゃが芋	かぶ たまねぎ 人參 アスパラ	コンソメ 砂糖 塩	大学芋 (さつまい、サラダ油 砂糖、醤油、みりん 黒ゴマ) 棒チーズ 牛乳
	ブロッコリーサラダ	ツナ	コーン	ブロッコリー キャベツ 赤パプリカ	マヨドレ	
	ミネストローネ	ウインナー		大根 人參 白菜 えのき トマト缶	ケチャップ 砂糖 コンソメ	
	ごはん		ごはん			
5 19 (木)	サワラの塩焼き	サワラ			塩	小倉クリームサンド (食パン、こしあん 豆乳クリーム、砂糖) オレンジ 牛乳
	うの花	おから 油揚げ		人參 青ねぎ 乾しいたけ	砂糖 醤油 みりん	
	すまし汁	竹輪		たまねぎ 人參 南瓜 ほうれん草	塩 醤油 みりん	
	ごはん		ごはん			
6 20 (金)	ガーリックチキン	鶏肉			ガーリックパウダー 塩	カルピス蒸しパン (ケーキMIX、牛乳 カルピス、サラダ油 スキムミルク) りんご 牛乳
	春雨サラダ		春雨 コーン	人參 きゅうり	マヨドレ	
	中華スープ	豆腐 あさり		たまねぎ 人參 ごぼう	中華だし 醤油 塩	
	ごはん		ごはん			
7 21 (土)	ピラフ	ウインナー	ごはん コーン	たまねぎ 人參 ピーマン	コンソメ 塩	ベアロール (ベアロール いちごジャム) 果物 牛乳
	みそ汁		さつまい	大根 人參 青ねぎ	みそ	

	献立	赤 (血や肉になるもの)	黄 (力や体温になるもの)	緑 (体の調子を整えるもの)	調味料	おやつ
9 (月)	鶏の西京焼き	鶏肉			白みそ 砂糖 酒 みりん	麩のきな粉ラスク (切麩、サラダ油 砂糖、きな粉) バナナ 牛乳
	かぶの煮物		片栗粉	かぶ 人参 枝豆 しめじ	砂糖 醤油 みりん	
	すまし汁	竹輪		たまねぎ 人参 南瓜 舞茸	醤油 塩 みりん	
	ごはん		ごはん			
10 24 (火)	白身魚のトマト煮	白身魚		トマト缶 ニンニク パセリ	塩 砂糖 コンソメ	ヨーグルトースト (食パン、ヨーグルト 砂糖、バター マレードシロップ) りんご 牛乳
	さつま芋サラダ		さつま芋	たまねぎ 人参 きゅうり	マヨドレ	
	コンソメスープ	ウインナー		たまねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ	コンソメ 醤油	
	ごはん		ごはん			
25 (水)	タンドリーチキン	鶏肉 ヨーグルト		ニンニク 生姜	カレー粉 ケチャップ 塩	春巻きアップルパイ (春巻きの皮 豆乳、砂糖、小麦粉 バナナ、りんご、砂糖 レモン果汁) オレンジ 牛乳
	カラフルソテー	ウインナー		たまねぎ 人参 ブロッコリー 黄パプリカ	コンソメ 醤油	
	コンソメスープ		じゃが芋	かぶ 人参 えのき ほうれん草	コンソメ 醤油	
	ごはん		ごはん			
12 26 (木)	カレーライス	牛肉 スキムミルク	ごはん じゃが芋	たまねぎ 人参 ほうれん草 トマト缶	カレールウ 砂糖 ケチャップ	梅おかかおにぎり (米、梅干し 花鰹、砂糖、醤油) 昆布 ほうじ茶
	かみかみ和え	さきイカ		キャベツ 人参 レンコン 小松菜	砂糖 醤油	
13 27 (金)	鶏の南部焼き	鶏肉	ごま		醤油 酒 みりん	ふかし芋 (さつま芋) 棒チーズ 牛乳
	かぼちゃの煮物			南瓜 たまねぎ グリーンピース	砂糖 醤油 みりん	
	みそ汁	豆腐	さつま芋	大根 人参 ニラ	みそ	
	ごはん (27日のみ) 煮干しのふりかけ	煮干し	ごはん		砂糖 醤油 みりん	
28 (土)	中華丼	豚肉	ごはん 片栗粉	たまねぎ 人参 白菜 ビーマン 乾しいたけ	中華だし 砂糖 醤油	わかめおにぎり (米 わかめふりかけ) 果物 ほうじ茶
	みそ汁	竹輪	じゃが芋	たまねぎ 人参	みそ	

※2/14(土)生活発表会当日は軽食が必要な園児にはわかめおにぎり(米、わかめふりかけ使用)を提供致します。

