



日	曜	献立	材 料	午後おやつ	補食	
1	15	水 コーンラーメン かわり和え フチゼリー	生中華麺 コーン 豚挽肉 もやし 人参 長葱 酒 醤油 味醂 塩 胡椒 バター 油 胡麻油 キャベツ 胡瓜 人参 マヨネーズ 醤油 プチゼリー	鮭おにぎり 果物 牛乳	クラッカーサンド	
2	16	木 ご飯 鶏肉とほうれん草の炒め物 わかめサラダ/さつまいもの甘煮 ポトフ	米 鶏肉 ほうれん草 玉葱 酒 醤油 油 胡麻油 わかめ 胡瓜 もやし 人参 コーン 酢 醤油 胡麻油/さつまいも 砂糖 キャベツ 人参 じゃが芋 玉葱 ベーコン 塩 胡椒		2.マカロニみたらしあん 16.マカロニきな粉 果物 牛乳	わかめおにぎり
3		金 三色ご飯(0~2歳) 手巻きご飯(3~5歳) いわしのかば焼き マセドアンサラダ すまし汁	米 卵 桜でんぶ 絹さや(0~2歳) 酒 砂糖 醤油 味醂 油 焼きのり(3~5歳) 鯛 生姜 小麦粉 酒 砂糖 醤油 味醂 油 人参 胡瓜 ハム チーズ コーン 酢 油 塩 マヨネーズ 花麩 椎茸 わかめ 醤油 塩		きな粉クッキー 果物 牛乳	チーズサンド
	17	金 ご飯 たららのフライ マセドアンサラダ/トマト 田舎風味噌汁	米 鱈 小麦粉 パン粉 塩 油 ケチャップ ソース 味醂 人参 胡瓜 ハム チーズ コーン 酢 油 塩 マヨネーズ/トマト 大根 人参 玉葱 万能葱 豆腐 こんにやく 味噌		お誕生日ケーキ 果物 牛乳	
4	18	土 ふりかけご飯 さつまいもと鶏肉の炒め煮 しらす和え/みかん缶 味噌汁	米 ふりかけ 鶏肉 さつまいも いんげん 酒 砂糖 醤油 油 しらす干し 胡瓜 アスパラ 醤油/みかん缶 大根 油揚げ 味噌	お菓子 果物 牛乳	ジャムサンド (お菓子)	
6	20	月 鶏肉のバーベキューソース味 ツナのもやし和え/キャンディチーズ 味噌汁	米 鶏肉 ケチャップ ソース 砂糖 油 ツナ もやし 醤油 胡椒/キャンディチーズ 小町麩 わかめ 万能葱 味噌	バイナップルケーキ 果物 牛乳	サンドイッチ	
7	21	火 親子丼 きのごサラダ スティック人参 味噌汁	米 鶏肉 卵 玉葱 刻みのり 酒 砂糖 醤油 味醂 えのき しめじ ブロッコリー 胡瓜 酢 砂糖 醤油 塩 人参 マヨネーズ キャベツ 油揚げ 味噌	クリームボックス (福島県郷土料理) 果物 牛乳	青のりラスク	
8	22	水 ご飯 鮭の塩焼き もやしと胡瓜のサラダ/フチダノン 味噌汁	米 鮭 酒 塩 もやし 胡瓜 人参 砂糖 酢 醤油 油/フチダノン 庄内麩 わかめ 玉葱 味噌	ちんすこう (沖縄県郷土料理) 果物 牛乳	きな粉トースト	
9	23	木 ビーンズカレー チキンサラダ 三角チーズ	米 鶏肉 大豆 玉葱 人参 じゃが芋 ビーマン バター 小麦粉 カレー粉 牛乳 ケチャップ ソース 蜂蜜 にんにく 塩 胡椒 油 ささみ 胡瓜 人参 レタス 春雨 酢 砂糖 醤油 胡麻油 チーズ	スティックパン 果物 牛乳	ふりかけおにぎり	
10	24	金 ロールパン やきそば ブロッコリー/フチトマト 洋風スープ	ロールパン 蒸し中華麺 豚肉 人参 キャベツ もやし 青のり 酒 やきそばソース 塩 油 ブロッコリー/フチトマト しめじ えのき わかめ 醤油 塩 胡椒	しらすおにぎり 果物 牛乳	ラスク	
	25	土 ふりかけご飯 鶏肉のガーリック煮 ツナサラダ/パイン缶 味噌汁	米 ふりかけ 鶏肉 にんにく 生姜 酒 砂糖 醤油 酢 キャベツ 胡瓜 人参 ツナ コーン 酢 砂糖 醤油 塩 油/パイン缶 かぶ しめじ 味噌	お菓子 果物 牛乳	ジャムサンド (お菓子)	
13	27	月 ご飯 豆腐の中華煮 中華サラダ *わかめスープ	米 豆腐 豚肉 人参 白菜 たけのこ 干しシイタケ 青梗菜 にんにく 砂糖 醤油 塩 胡麻油 片栗粉 胡瓜 もやし レタス 酢 砂糖 醤油 胡麻油 わかめ 玉葱 人参 コーン 醤油 塩 胡椒	ブルーベリーチーズサンド 果物 牛乳	ツナおにぎり	
14	28	火 ご飯 肉じゃが 胡瓜の酢の物 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 いんげん しらたき 砂糖 醤油 味醂 油 胡瓜 わかめ しらす干し 砂糖 酢 醤油 小町麩 しめじ 長葱 味噌	フラウニー 果物 牛乳	シュガートースト	

3日(水) 節分給食 10日(金) お料理体験(2~5歳) (やきそば) 17日(金) お誕生日会

2月献立目標
体を温めよう

♪朝おやつは0、1歳です。果物とおせんべいなどができます。
♪果物はキウイ・りんご・みかん・いよかん・はっさく・いちごです。
♪材料の都合により、多少の変更があります。
♪食材をよくご確認ください。ご不明な点がございましたら栄養士までご相談下さい。
♪*は新メニューです

◎体の温まる汁物、ポトフ、ラーメンなどを