



# 平成30年2月 幼児食 予定献立表



## 野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
1	木	スパゲティーナポリタン 野菜サラダ キャンディーチーズ コーンと卵のスープ ブルー	ふりかけおにぎり ミルク	スパゲッティ 米	ベーコン 卵 ウィンナー 粉チーズ プロセスチーズ 味付けのり ミルク	玉葱 人参 ピーマン マッシュルームｽﾌﾟｲﾝ缶 トマトホール缶 レタス 胡瓜 トマト ホールコーン缶 ブルー	トマト味でも ミートスパゲティとは 違うナポリタン。 皆はどちらが好きかな？
2	金	恵方巻き 五目煮 あさり味噌汁 いちご	焼き芋 ミルク	米 白ごま マヨネーズ さつまいも	卵 ツナ缶 かに風味かまぼこ 焼きのり 鶏もも肉 殻付あさり わかめ ミルク	胡瓜 大根 ごぼう 人参 ねぎ いちご	今日は節分です 皆で豆まきして 恵方巻を食べてね！
3	土	島焼きそば 甘酢大根 ワカメと豆腐の味噌汁 りんご	鮭おにぎり 豆乳	ゆで沖縄そば 米 白ごま	豚肉 豚バラ肉 ちき揚げ 沖縄豆腐 わかめ 鮭 味付けのり 調製豆乳	キャベツ 玉葱 人参 にら 大根 二十日大根 ねぎ りんご	沖縄では昔から 食べられている 沖縄そばの麺での 焼きそばです。
5	月	タコライス 南瓜サラダ わかめのすまし汁 グレープフルーツ	あんぱん ミルク	米 マヨネーズ	合挽き肉 レッドキドニー缶 ピザチーズ わかめ ミルク	にんにく 玉葱 トマトホール缶 レタス トマト 南瓜 冷) ムキ枝豆 えのき 貝割れ大根 グレープフルーツ	タコライスの ミートに豆を 混ぜて栄養価 アップ↑↑
6	火	雑穀御飯 魚のムニエルカレー風味 ブロッコリーソテー 南瓜コーンスープ ブルー	ミックスシリアルミ ルク キャンディーチーズ	米 もちきび 押麦 コーンフレーク グラノーラ	白身魚 豚バラ肉 ミルク プロセスチーズ	ブロッコリー 玉葱 人参 ホールコーン缶 南瓜 クリームコーン缶 パセリ プルー	ブロッコリーは ビタミンCが豊富な野菜。 上手に使って風邪予防。
7	水	ビーフシチュー 温野菜サラダ オレンジ	プリン リツクラッカー	米 ジャガイモ 黒糖 リツクラッカー	牛肉 スキムミルク	にんにく 玉葱 人参 セロリー しめじ トマトホール缶 ブロッコリー 南瓜 オレンジ	ビーフシチューを食べて 体もポカポカ。 温まりますね。
8	木	ミックスチャーハン 大根のごまドレ和え 厚揚げと青菜の味噌汁 バナナ	ドーナッツ ミルク	米	ロースハム 卵 あみえび 厚揚げ豆腐 ミルク	生しいたけ グリーンピース冷 ホールコーン缶 大根 人参 胡瓜 小松菜 バナナ	チャーハン は家庭の冷蔵庫にある 野菜を利用して 簡単に作れる こんだてです。
9	金	鶏ときのこの炊き込み御飯 ちくわの磯天ぷら 青菜と厚揚げの煮浸し すまし汁 みかん	簡単ココアスコーン ミルク	米 ｲ ホットケーキミックス	鶏もも肉 ちくわ 白身魚 あおのり粉 卵 厚揚げ豆腐 わかめ 牛乳 ミルク	乾しいたけ しめじ えのき 人参 小松菜 ねぎ みかん	貝だくさんの 炊き込みごはん。 いろんな具材から 旨みいっぱい。 薄味で！
10	土	雑穀御飯 鶏と大根の味噌煮 胡瓜とワカメの和え物 かき卵すまし汁 バナナ	ジャムパン ミルク	米 もちきび 押麦 黒糖 食パン	鶏もも肉 刻み昆布 わかめ しらす干し 卵 ミルク	大根 たけのこ水煮 胡瓜 えのき ねぎ バナナ	発酵食品の味噌は がん、生活習慣病、 老化を予防または 改善すると言われて います。
13	火	チキンカレー 大根サラダ スープ みかん	オートミールクッ キー ミルク	米 ジャガイモ オートミール	鶏むね肉 鶏もも肉 わかめ 絹ごし豆腐 卵 ミルク	にんにく 生姜 人参 玉葱 りんご 大根 グリーンピース冷 白菜 ホールコーン缶 みかん レーズン クランベリードライ	カレーに生姜や にんにくを 入れると甘口でも 本格的な味わいに。
14	水	雑穀御飯 鯖の照焼き 白菜しらす和え 豚汁 りんご	じゃが芋の天ぷら ミルク	米 押麦 もちきび 冷) 里芋 ジャガイモ	さば 白身魚 しらす干し 豚肉 卵 あおのり粉 ミルク	生姜 白菜 人参 ごぼう 玉葱 切こんにゃく りんご	青魚のDHAやEPA は健康にも美容にも いい優秀食品。 家庭でも積極的に！
15	木	雑穀ごはん 鶏のケチャップ焼き コールスローサラダ マッシュルームスープ いちご	タンナファクルー ブルー ミルク	米 雑穀ミックス マヨネーズ ジャガイモ タンナファクルー	鶏もも肉 鶏むね肉 スキムミルク ミルク	にんにく 玉葱 キャベツ 人参 りんご マッシュルームｽﾌﾟｲﾝ缶 パセリ いちご ブルー	毎日の食事に 簡単でもいいから 必ず野菜料理を プラスしましょう。

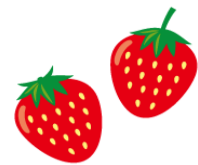
\*朝の補食は3歳未満児のみです。  
\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。





平成30年2月

幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
16	金	親子丼 いんげん胡麻和え 南瓜とワカメのみそ汁 バナナ	ミルククリームパン ミルク	米 すりごま	きざみのり 鶏もも肉 卵 わかめ ミルク	玉葱 人参 乾しいたけ グリーンピース冷 冷) いんげん 島人参 南瓜 ねぎ バナナ	彩の人参、旨みの 椎茸を加えた 栄養価アップの 親子丼。
17	土	ポークハヤシライス 野菜サラダ コーンと卵のスープ ブルー	固形ヨーグルト 塩せんべい	米	豚肉 卵 固形ヨーグルト	にんにく 玉葱 人参 セロリー しめじ トマトホール缶 レタス 胡瓜 トマト ホールコーン缶 貝割れ大根 ブルー	具材の多い ハヤシライス。 保育園の給食は 野菜がたっぷり！！
19	月	2色丼 大根サラダ ワカメと豆腐の味噌汁 オレンジ	カントリークッキー ブルー ミルク	米 押麦 もちきび 白ごま	鶏挽き肉 卵 きざみのり わかめ 絹ごし豆腐 スキムミルク ミルク	生姜 人参 大根 胡瓜 ホールコーン缶 長葱 オレンジ ブルー	そぼろと人参シリシリー の2色丼。 食べやすく丼に しています。
20	火	雑穀御飯 鮭の塩焼き 筑前煮 じゃが芋と油揚げの味噌汁 いちご	南瓜天ぷら ミルク	米 もちきび 押麦 じゃが芋	鮭 鶏もも肉 油揚げ 卵 ミルク	ごぼう れんこん水素 人参 乾しいたけ 切こんにゃく ねぎ いちご 南瓜	ごぼう、れんこん が入った筑前煮。 カミカミして 食べてね。
21	水	沖縄そば おからサラダ バナナ	味噌おにぎり 麦茶	ゆで沖縄そば マヨネーズ 米	豚三枚肉 ちき揚げ おから 茹で卵 ツナ缶 味付けのり	ねぎ 胡瓜 ホールコーン缶 トマト バナナ	おからサラダは みんな大好きな 献立です。
22	木	お弁当会 					お弁当・お弁当 うれしいな〜(^^♪
23	金	雑穀御飯 鶏のしそつくね きんぴらごぼう 洋風スープ オレンジ	ポパイホットケーキ ミルク	米 もちきび 押麦 長芋 すりごま ホットケーキミックス はちみつ	鶏挽き肉 魚のすり身 卵 ひじき 豚肉 ベーコン 牛乳 ミルク	玉葱 青しそ ごぼう 人参 糸こんにゃく みずな オレンジ ほうれん草	長芋と卵の効果で ふっくら柔らかい つくねになります。
24	土	チキンケチャップライス 白菜和え物 大根の味噌汁 バナナ	ジャムサンド ミルク	米 食パン	鶏もも肉 ツナ缶 豚肉 ミルク	にんにく 玉葱 人参 ホールコーン缶 大根 マッシュルーム5丁缶 グリーンピース冷 白菜 しめじ 貝割れ大根 バナナ	赤・黄・緑 目でも楽しめる ケチャップライス です。
26	月	雑穀ごはん 味付けのり 豚肉ピーマン炒め やま芋ニラいりちー ゆし豆腐 いちご	豆乳牛乳くずもち キャンディーチーズ	米 雑穀ミックス やまいも 芋くず タピオカ粉 はったい粉	味付けのり 豚肉 豚バラ肉 ゆし豆腐 乾燥あおさ 調製豆乳 加工牛乳 プロセスチーズ	たけのこ水素 玉葱 ピーマン 赤ピーマン にんにく 生姜 なら いちご	沖縄の食材 山芋。 見た事ありますか？ とっても大さん ですよ！
27	火	和風そぼろ丼 胡瓜の和え物 きゃべつのみそ汁 バナナ	クリームパン ミルク	米	きざみのり 沖縄豆腐 鶏挽き肉 ツナ缶 わかめ ミルク	いんげん 乾しいたけ 人参 生姜 胡瓜 ホールコーン缶 キャベツ バナナ	たんぱく質と野菜が 一緒に摂れる そぼろ丼。 食べやすいですね。
28	水	雑穀御飯 レバーカツ 麩いりちー かき玉汁 グレープフルーツ	焼き芋 豆乳	米 もちきび 押麦 車心 さつま芋	豚レバー 卵 豚肉 調製豆乳	にんにく キャベツ 人参 なら ねぎ 乾しいたけ グレープフルーツ	レバーが苦手な子も レバーカツなら 大丈夫！ しっかり食べて 元気いっぱい！

\*朝の補食は3歳未満児のみです。

\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

