

2018年 2月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	木	鯖 0-1kg みそ かつ 卵 普通牛乳 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 片栗粉 マネー 胡麻 薄力粉 油	生姜 ねぎ じゃがいも 人参 さやいんげん 胡瓜 なめこ 乾燥わかめ もずく
2	金	国産大豆(ゆで) 鶏挽肉 0-1kg 圆形3-kg 粉 きな粉	胚芽米 米粒麦 もちきび じゃがいも 油 薄力粉 有塩バター 三温糖 片栗粉 さつま芋 もちこ むぎ粉 黒砂糖粉	人参 玉葱 りんご ミント レーズン ヤグ コーン ブロッコリー コーン キャベツ パセリ
3	土	豚挽肉 豚0-1kg 沖縄豆腐 かつお節 保育園ミルク	胚芽米 本みりん じゃがいも 三温糖 油 アンパンマンのソフトせんべい	しめじ 干椎茸 人参 コ 玉葱 グリーンピース しらたき 木の葉 パナ
4	日			
5	月	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ 卵 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 春雨 胡麻	人参 長ねぎ コ 生姜 にんにく 胡瓜 もやし もずく ねぎ オレンジ トマト
6	火	わかさぎ 卵 粉チズ みそ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 オリーブ油 三温糖 マネー 金時豆 黒砂糖粉 白玉粉 押麦	キャベツ コーン 人参 日本南瓜 玉葱 ねぎ りんご
7	水	鶏挽肉 フレーク3-kg かつ かまぼこ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 胡麻 片栗粉 鉄ゼリー リッツァー	にんにく 大根 胡瓜 トマト もずく 生姜
8	木	鮭 みそ 削り節 0-1kg 卵 豆乳 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 オリーブ油 油 片栗粉 上白糖 薄力粉 白ごま	キャベツ 人参 木の葉 えのき 胡瓜 刈込コーン コーン 玉葱 パセリ 島にんじん
9	金	合挽肉 豚0-1kg 粉チズ 絹ごし豆腐 味噌 シラス	スパゲッティ(乾) 有塩バター オリーブ油 じゃがいも 油 精白米	玉葱 人参 トマト にんにく パセリ なめこ ねぎ 糸きりわかめ
10	土	鶏挽肉 かに風味かまぼこ 0-1kg 粉チズ 卵 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 オリーブ油 じゃがいも 五穀かりんとう	ピーン 白菜 胡瓜 ミカド 人参 玉葱 パセリ 和みー プルン
11	日			
12	月			
13	火	豚挽肉 鶏挽肉 0-1kg 卵 型抜きチーズ きな粉 卵 保育園ミルク	精白米 油 三温糖 ごま油 薄力粉 有塩バター グラニュー糖	長ねぎ 生姜 にんにく もやし 人参 小松菜 ミント 乾燥わかめ えのき ねぎ 苺
14	水	林 卵 ビザ用チズ チキアギー ちくわ 豆乳 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 本みりん 丸ぼうろ	刈込コーン パセリ 刻み昆布 干椎茸 こんにゃく 人参 コ 白菜 ねぎ
15	木	保育園ミルク	シフォンケーキ	みかん
16	金	わか 0-1kg ビザ用チズ 0-1kg 沖縄豆腐 みそ 卵 普通牛乳 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 オリーブ油 三温糖 炒り胡麻 ごま油 じゃがいも 粉チズ 薄力粉 黒砂糖粉 油	玉葱 木の葉 もやし コ
17	土	豚肩0-1kg ちくわ 保育園ミルク	精白米 本みりん 油 片栗粉 オリーブ油 三温糖 焼き芋	玉葱 生姜 みず菜 キャベツ コーン 人参 和みー とろろ昆布 みつ葉
18	日			
19	月	合挽肉 フレークチズ 鶏挽肉 鶏挽肉 保育園ミルク	精白米 本みりん 三温糖 薄力粉 黒砂糖粉 油	玉葱 キャベツ トマト 西洋南瓜 コ 人参 パセリ たんかん プルン
20	火	鯖 0-1kg 沖縄豆腐 きな粉 みそ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 本みりん 春雨 ごま油 片栗粉 いもくず 黒砂糖粉	生姜 もずく 胡瓜 もやし 人参 アサ(乾) ねぎ パナ
21	水	鶏挽肉 麩 型抜きチーズ	精白米 薄力粉 無塩バター マネー 人参ロールパン	玉葱 人参 しめじ 和みー グリーンピース トマト ピューレ カリフラワー ブロッコリー 西洋南瓜 えのき ねぎ オレンジ
22	木	鶏 沖縄豆腐 麩 0-1kg みそ 卵 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 本みりん 三温糖 片栗粉 さつま芋 無塩バター 生クリーム	玉葱 人参 木の葉 コーン 白菜 なめこ えのき ねぎ
23	金	鮭 かつ 鶏挽肉 普通牛乳 みそ	0-1kg 薄力粉 有塩バター 油 三温糖 ごま油 じゃがいも 精白米 油	干しひじき もやし 胡瓜 人参 玉葱 パセリ 焼きのり
24	土	豚挽肉 沖縄豆腐 みそ 豆乳	精白米 本みりん 炒り胡麻 三温糖 ごま油 おこし	干椎茸 じゃがいも 人参 ねぎ しめじ みつ葉 小松菜 みかん 糸きりわかめ
25	日			
26	月	挽きわり納豆 豚肩0-1kg かまぼこ 味のり 味噌 ちりめん ビザ用チズ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 フラミンゴ マネー	こんにゃく 人参 干椎茸 ねぎ 切り干し大根 コ オレンジ
27	火	鮭 0-1kg みそ 調製豆乳 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 本みりん すり胡麻 油 じゃがいも 全粒粉 薄力粉 油	キャベツ ゆで巻 人参 生椎茸 乾燥わかめ ねぎ レーズン
28	水	鶏挽肉 木綿豆腐 卵 みそ 油揚げ チキアギー 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 三温糖 白ごま 本みりん 油 そうめん(乾) シリアル(粥)	玉葱 干しひじき むき枝豆 キャベツ 人参 しらたき 干椎茸 コ しめじ みつ葉 プルン

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。