

2019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	金	圆形3-7 豚 鶏挽肉	米 ジャがいも	ブロッコリー キャベツ
2	土	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	人参 ホウレン草
3	日			
4	月	絹ごし豆腐 卵	米	キャベツ 胡瓜
5	火	絹ごし豆腐	米 そうめん	人参
6	水	絹ごし豆腐 卵	米 片栗粉	胡瓜 大根
7	木	餅		キャベツ 人参 納豆
8	金	卵	米 片栗粉	キャベツ
9	土	絹ごし豆腐	米	人参 小松菜 玉葱
10	日			
11	月			
12	火	餅	米	小松菜 人参 ミソ汁 玉葱
13	水	卵 絹ごし豆腐	米 片栗粉	人参
14	木	卵	米	大根 人参 キャベツ
15	金	鮭	米 ジャがいも	トマト 人参
16	土	絹ごし豆腐	米	キャベツ 卵
17	日			
18	月	絹ごし豆腐	米	人参 玉葱
19	火	餅	米 片栗粉	人参 卵
20	水	餅	米	日本南瓜 オレンジ
21	木			
22	金	鮭	米 ジャがいも	胡瓜 玉葱
23	土	絹ごし豆腐	米	人参 小松菜
24	日			
25	月	絹ごし豆腐	米	小松菜 胡瓜
26	火	餅	米 ジャがいも	玉葱 人参
27	水	絹ごし豆腐	米	かぼちゃ 人参 キャベツ
28	木	絹ごし豆腐	米	玉葱 人参 みかん

☆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。