

2月予定献立表 (13ヶ月)



令和5年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
1 (木)	牛乳	御飯、中華風かけ納豆、がんもの含め煮 キャベツサラダ、麦茶	ふかし芋 ミルク
2 (金)	ふかし芋 麦茶	[節分会]ちらし寿司、かぶとわかめのすまし汁 ほうれん草のごまあえ 、いちご、麦茶	ミートソーススパゲティー ミルク
3 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
5 (月)	ミルク	御飯、野菜のトマト煮、コールスローサラダ キウイフルーツ、麦茶	チヂミ ミルク
6 (火)	ヨーグルト 麦茶	御飯、ポークピカタ、にんじんしりしり かぶのマリネ、麦茶	ほうれん草スコーン ミルク
7 (水)	ミルク	ちゃんぽんめん、ゆで卵、ブロッコリーのおかか和え バナナ、麦茶	わかめおにぎり ミルク
8 (木)	スティックきゅうり 麦茶	御飯、魚の和風あんかけ、切干大根の煮物 白菜サラダ、麦茶	肉まん ミルク
9 (金)	チーズ 麦茶	御飯、鶏の照り焼き、五目きんぴら 豆腐サラダ、麦茶	芋ようかん ミルク
10 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
13 (火)	ミルク	御飯、はんぺんのケチャップ煮、ひじきの煮物 キャベツのしらす和え、麦茶	[誕生日会]スポンジケーキ ミルク
14 (水)	バナナ 麦茶	ピラフ、煮込みハンバーグ、青のりポテト マカロニサラダ、麦茶	ココア蒸しパン ミルク
15 (木)	ねりきなこ 麦茶	手作りパン、魚のきのこクリーム煮、コーンサラダ いよかん、麦茶	チャーハン ミルク
16 (金)	牛乳	御飯、マーボ豆腐、さつま揚げの含め煮 チンゲン菜のナムル、麦茶	焼きそば ミルク
17 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
19 (月)	ミルク	御飯、生揚げの卵とじ、さつま芋の甘煮 ブロッコリーサラダ、麦茶	ミルクもち ミルク
20 (火)	ヨーグルト 麦茶	けんちんうどん、ちくわの磯辺焼き キャベツときゅうりの和え物、麦茶	バターコーン御飯 ミルク
21 (水)	チーズ 麦茶	ビビンバ、チャプチェ、たまごスープ、麦茶	手作りパン ミルク
22 (木)	ミルク	御飯、チキンのトマト煮込み ごぼうサラダ、 デコボン 、麦茶	レアチーズケーキ ミルク
24 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
26 (月)	ミルク	たまごサンド、きのこチャウダー、ツナコーンサラダ じゃが芋とほうれん草のソテー 、麦茶	五平もち ミルク
27 (火)	オレンジ 麦茶	御飯、豚肉のしょうが焼き、高野豆腐と昆布の煮物 ひじきサラダ、麦茶	あんロール ミルク
28 (水)	ねりきなこ 麦茶	御飯、肉じゃが、豆腐とねぎの味噌汁 小松菜のごまマヨ和え、麦茶	いちごのフルーツポンチ ミルク
29 (木)	牛乳	御飯、 ぶりの照り焼き 、五目ビーフン トマトサラダ、麦茶	チーズクッキー ミルク

目標 離乳食完了がスムーズに出来るようにしましょう

今月の旬の食材
ほうれん草・ぶり
デコボン

