

2月予定献立表 (10ヶ月)

令和6年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
3 (月)	ミルク	軟飯、刻み海苔納豆、けんちん汁 バナナ、麦茶	あん食パン ミルク
4 (火)	ミルク	軟飯、玉ねぎとパプリカのソテー、高野豆腐の煮物 キャベツのしらす和え、麦茶	煮込みわかめうどん ミルク
5 (水)	ミルク	軟飯、鶏ひき肉と野菜の炒め煮、野菜いり炒り卵 トマトサラダ、麦茶	フルーツポンチ ミルク
6 (木)	ミルク	手作りパン、鶏肉のケチャップ煮 ほうれん草チャウダー 、ひじきサラダ、麦茶	おかか軟飯 ミルク
7 (金)	ミルク	軟飯、魚のほぐし煮、人参と大豆の煮物 ブロッコリーと卵のサラダ、麦茶	青のりソフトクッキー ミルク
8 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
10 (月)	ミルク	軟飯、野菜のトマト煮、キャベツときゅうりの刻み和え デコボン 、麦茶	[誕生日会] スポンジケーキ ミルク
12 (水)	ミルク	ほうれん草の煮込みスパゲッティ 、野菜スープ 青のりポテト、かぶのマリネ、麦茶	五平もち ミルク
13 (木)	ミルク	軟飯、肉団子のケチャップあん、ツナサラダ キウイフルーツ、麦茶	ココアクッキー ミルク
14 (金)	ミルク	軟飯、 ぶり大根 、かぼちゃのごま和え キャベツときゅうりの刻み煮、麦茶	あんまん ミルク
15 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
17 (月)	ミルク	軟飯、豆腐のケチャップ煮、さつま芋の甘煮 オレンジ、麦茶	ごまパウンド ミルク
18 (火)	ミルク	手作りパン、 ほうれん草カレー 、ゆで卵 コロコロサラダ、麦茶	野菜軟飯 ミルク
19 (水)	ミルク	軟飯、鶏肉のレモン煮、にんじんしりしり 豆腐サラダ、麦茶	チーズスコーン ミルク
20 (木)	ミルク	軟飯、魚のほぐし煮、ひじきの煮物 かき玉汁、麦茶	【食育】 手作りパン ミルク
21 (金)	ミルク	[世界の料理] 炒飯、鶏肉と野菜の中華あん はるさめサラダ、フルーツポンチ、麦茶	しょうゆ煮込みラーメン ミルク
22 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
25 (火)	ミルク	軟飯、オムレツ、ブロッコリーとコーンのソテー ポトフ、麦茶	きなこ蒸しパン ミルク
26 (水)	ミルク	軟飯、豆腐の野菜あん、人参の含め煮 ほうれん草ナムル 、麦茶	ミルクもち ミルク
27 (木)	ミルク	軟飯、魚の和風あん、煮込みビーフン デコボン 、麦茶	スノーボール ミルク
28 (金)	ミルク	煮込みうどん、人参の甘煮 ポテトサラダ、麦茶	ピラフ ミルク

目標 歯ぐきで食べ物をかみ切り、そしゃくして飲み込むことができるようになります

今月の旬の食材

ほうれん草
ぶり・デコボン

[世界の料理]

今月は「中国」です

