

# 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 <b>ほうれん草チャウダー</b> 、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 <b>デコボン</b> 、麦茶	[誕生日会] スポンジケーキ ミルク
12 (水)	ミルク	<b>ほうれん草の煮込みスパゲッティ</b> 、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、 <b>ぶり大根</b> 、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、 <b>ほうれん草カレー</b> 、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	<b>【食育】</b> 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 <b>ほうれん草ナムル</b> 、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 <b>デコボン</b> 、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

