


2月分予定献立表

認定こども園 真岡ひかり幼稚園

日	曜	献立名			主な材料					
		10時 A	昼食 A	3時 A	血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える			
1	木	カルシウムせんべい	<誕生会> じゃこ菜めし 味噌汁 ササミカツ もやしの和風サラダ 鶏肉の照り焼き ケーキ もやしの和風サラダ 牛乳	焼きそばパン	しらす干し みそ ササミカツ ツナ缶 カットわかめ 牛乳	精白米 油 和風ドレッシング ホットロール 焼きそば せんべい	菜めしの素 大根 もやし コーン	大根の葉	大根の葉	
2	金	こごかな煎餅	<節分> 鬼顔チキンライス すまし汁 手作り肉団子 サラダ 節分ボーロ 牛乳	チーズババロアシュー	鶏挽肉 錦糸卵 プレスハム 豆腐 牛乳 豚肉	精白米 マーガリン 黒豆 ふ ドレッシング 衛生ボーロ シュークリーム せんべい	たまねぎ ビーマン キャベツ 人参	小松菜		
5	月	ビスケット	御飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 高野豆腐と根菜の炒り煮 フルーツ(オレンジ) 牛乳	お好み焼き	みそ カットわかめ 豚小間 高野豆腐 牛乳 しらす干し 卵	精白米 油 砂糖 お好み焼きの素 マヨネーズ ビスケット	ほうれん草 たまねぎ ごぼう 大根 オレンジ キャベツ	人参	人参	
6	火	カルシウムせんべい	御飯 味噌汁 鮭の塩焼き ポテトきんぴら フルーツ(バナナ) 牛乳	しらすトースト	みそ 生鮭 牛乳 しらす干し	精白米 ふ じゃがいも 油 砂糖 せんべい 食パン マヨネーズ	はくさい 人参 バナナ コーン	いんげん		
7	水	ビスケット	<初午> 赤飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 大根の信田煮 フルーツ(パイナップル) 牛乳	フルーツヨーグルト	みそ 木綿豆腐 とりもも 油揚げ 牛乳 ヨーグルト	精白米 もち米 ささげ 黒ごま 油 砂糖	大根の葉 大根 パイナップル バナナ	いんげん	みかん 缶	
8	木	せんべい	たぬきうどん 卵ロール 温野菜サラダ フルーツ(りんご) 牛乳	おにぎり	卵ロール 魚肉ソーセージ 牛乳 炊き込みわかめ	干うどん ゆで マヨネーズ 揚げ玉 精白米	ほうれん草 ネギ カリフラワー ブロッコリー	人参	人参	
9	金	カルシウムせんべい	御飯 肉じゃが サラダ キャンディーチーズ フルーツ(キウイ) 牛乳	りんごマフィン	豚小間 青豆 プロセスチーズ 牛乳	精白米 じゃがいも 油 カレールー マフィン	たまねぎ 人参 コーン キウイフルーツ	キャベツ		
12	月		<振替休日>							
13	火	ビスケット	御飯 味噌汁 豚肉のごまだれ焼 きんぴらごぼう フルーツ(マンゴー) 牛乳	手作り人参ホットケーキ	みそ 高野豆腐 卵 牛乳	精白米 白すりごま 油 砂糖 ごま油 白ごま ホットケーキミックス メープルシロップ ビスケット	小松菜 たまねぎ ごぼう 人参	いんげん	マンゴー	
14	水	ウエハース	<バレンタインデー> 御飯 中華風スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ ハートの杏仁フルーツ 牛乳	ふかしさつま芋 黒糖蒸しパン	豚挽肉 みそ 木綿豆腐 かに風ちらし 牛乳 杏仁豆腐	精白米 油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま油 さつまいも 黒糖蒸しパン	はくさい もやし ネギ きゅうり キウイフルーツ	にら	人参	
15	木	ビスケット	<涅槃会> 御飯 味噌汁 サバの塩焼き 大根と豚肉の甘辛煮 フルーツ(バナナ) 牛乳	肉まん	みそ さば 牛乳 豚小間	精白米 砂糖 油	たまねぎ 大根 いんげん バナナ	人参		
16	金	こごかな煎餅	食パン いちごジャム コンソメスープ スペイン風オムレツ ポテトサラダ フルーツ(りんご) 牛乳	ドーナツ	卵 牛乳	食パン いちごジャム 油 じゃがいも マヨネーズ ケーキドーナツ	キャベツ えのきたけ たまねぎ 人参 りんご きゅうり	MIXベジタブル		
19	月	カルシウムせんべい	御飯 味噌汁 ハンバーグ 刻み昆布とさつま芋の炒り煮 フルーツ(パイナップル) 牛乳	カステラ	みそ 豆腐 刻み昆布 大豆 水煮 牛乳 豚肉	精白米 ふ さつまいも 油 砂糖 カステラ パン粉	はくさい グリンピース たまねぎ	人参	パイナップル	
20	火	せんべい	<お弁当>	ビスケット		ハードビスケット せんべい				
21	水	こごかな煎餅	<すずらん組クエストメニュー> 御飯 味噌汁 鶏肉のしょうが焼き 野菜とじゃこの炒め物 フルーツ(みかん) 牛乳	マカロニあべかわ	みそ 木綿豆腐 とりもも しらす干し 牛乳 きな粉	精白米 片栗粉 油 ごま油 マカロニ 砂糖	ネギ チンゲン菜 コーン みかん	人参		
22	木	ビスケット	和風あんかけうどん 厚焼き卵 かばちのサラダ フルーツ(キウイ) 牛乳	おにぎり	豚小間 厚焼き卵 牛乳	うどん 片栗粉 マヨネーズ 精白米 ごま油 キウイフルーツ	はくさい たまねぎ 干しいたけ かばち キウイフルーツ	人参	きゅうり	
23	金	ビスケット	御飯 味噌汁 魚の塩焼き 和風炒め フルーツ(バナナ) 牛乳	ミニケーキ	みそ 油揚げ 白身魚 豚挽肉 牛乳	精白米 油 フルーツケーキ ビスケット	大根 たまねぎ 人参 ビーマン バナナ			
26	月	こごかな煎餅	御飯 味噌汁 魚のマヨネーズ焼き ビーフンソテー フルーツ(りんご) 牛乳	カルピス蒸しパン	みそ カットわかめ 生鮭 豚小間 牛乳	精白米 ふ 小麦粉 マヨネーズ ビーフン 油 ごま油 ホットケーキミックス 砂糖 せんべい	たまねぎ パセリ 人参 にら	キャベツ	りんご	
27	火	せんべい	御飯 味噌汁 蒸し餃子 ひじきの和風サラダ フルーツ(オレンジ) 牛乳	ふのラスク	みそ 油揚げ ギョーザ 干ひじき 魚肉ソーセージ 牛乳	精白米 油 和風ドレッシング ふ マーガリン グラニュー糖	たまねぎ もやし 人参 オレンジ	きゅうり		
28	水	ウエハース	焼きそば 海老蒸しシューマイ ごま和え フルーツ(マンゴー) 牛乳	たこやき	豚小間 えびシューマイ 牛乳 青のり かつお節	調理焼きそば 白すりごま 油 砂糖 マヨネーズ	キャベツ 人参 にら ブロッコリー	もやし マンゴー		

節分




「せち分かれ」とも言い、本来季節の変わり目である立春・立夏・立秋・立冬の前日を指す言葉です。現在では立春の前日を節分と言うようになりました。

初午(はつうま)

2月の最初の午の日を“初午”といいます。初午は春の農事に先がけて豊作を祈る祭りであったといわれています。今年は、2月7日が初午です。給食では油揚げの入った煮物(信田煮)が出ます。

栄養成分(1ヶ月平均)

エネルギー 499kcal	炭水化物 72.5g
たんぱく質 16.5g	塩分 2.0g
脂質 15.3g	



献立は都合により変更になることがあります。