



# 2月の献立表



令和3年 2月発行  
上府保育園

**はくちょう組のリクエストメニュー**

今月のリクエストメニューは・・・

《給食》	《おやつ》
・くるくるハンバーグ	・水ようかん
・ドライカレー	・生姜焼きサンド
・魚のコーンマヨ焼き	・チョコパイ

来月も楽しみにしててください!!

～ 今月の食育活動 ～

2日 手巻き寿司作り (かもめ・はくちょう組)	15日 フルーチェ作り(ひばり組) 19日 ギョウザ作り (かもめ・はくちょう組)
4日 チョコパイ作り(はと組)	25日 トライフル作り (かもめ・はくちょう組)
5日 おにぎり作り(すずめ組)	26日 うどん作り (かもめ・はくちょう組)
12日 白菜ちぎり かりんとう作り(つばめ組)	

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	<b>ご飯</b> 魚の西京焼き [サケ、味噌、酒、みりん、醤油、砂糖] ブロッコリーサラダ [ブロッコリー、人参、醤油、マヨネーズ] キャベツのすまし汁 [キャベツ、玉葱、椎茸、葱、いりこ、塩、醤油] 黒糖ケーキ [ミックス粉、黒砂糖、牛乳、バナナ、卵、バター] 牛乳	<b>ロールパン</b> ★鬼さんくるくるハンバーグ [合いミンチ、豆腐、玉葱、卵、パン粉、ケチャップ、こしょう、とんがりコーン、牛乳、キャベツ、塩、バイ生地] ポテトスープ [じゃが芋、玉葱、コーン、ほうれん草、鶏がらだし、醤油、塩] 愚舟寿司 [米、酢、砂糖、塩、人参、きゅうり、牛肉、醤油、のり]	<b>ご飯</b> 鶏肉の南蛮漬け [鶏肉、片栗粉、油、玉葱、人参、ピーマン、酢、砂糖、醤油] 小松菜のコーン和え [小松菜、コーン、白菜、醤油] 豆腐の味噌汁 [豆腐、玉葱、人参、いりこ、葱、味噌] 果物 牛乳寒いちごソースかけ [牛乳、寒天、いちごソース、砂糖] クラッカー	<b>ご飯</b> 豆腐のピザ焼き [豆腐、玉葱、ピーマン、コーン、ケチャップ、チーズ] ほうれん草の和え物 [ほうれん草、人参、醤油、キャベツ] 春雨のスープ [春雨、人参、もやし、塩、しめじ、葱、鶏がらだし、醤油] 果物 あんこパイ(すずめ・ひばり組) [パイ生地、白あん] ★チョコパイ(つばめ・幼児組) [パイ生地、チョコ] 牛乳	<b>ラーメン</b> [中華麺、焼き豚、にんにく、玉葱、キャベツ、人参、葱、コーン、ごま油、鶏がらだし、いりこ、塩、こしょう、生姜] 南瓜のそぼろ煮 [南瓜、豚ミンチ、砂糖、醤油] ひじきのサラダ [ひじき、きゅうり、人参、鶏ささみ、コーン、醤油、スキムミルク、マヨネーズ] 果物 ゆかりおにぎり [米、ゆかり粉] 菓子 チーズ	<b>チキンライス</b> [米、鶏肉、人参、玉葱、塩、ピーマン、コンソメ、バター] ケチャップ、こしょう 野菜スープ [キャベツ、玉葱、人参、塩、えのき、コンソメ、醤油] 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	<b>ご飯</b> 魚の梅煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん、梅干し、トマト] きんぴらごぼう [ごぼう、人参、しらたき、ごま、砂糖、醤油、ごま油] 大根のすまし汁 [大根、えのき、油揚げ、塩、人参、わかめ、昆布、醤油] 果物 チーズスティック [小麦粉、B.P、粉チーズ、バター、砂糖、牛乳、ごま] 牛乳	<b>ご飯</b> じゃが芋と厚揚げの煮物 [じゃが芋、厚揚げ、鶏肉、いんげん、人参、砂糖、醤油] キャベツの磯和え [キャベツ、もやし、人参、のり、醤油] ふの味噌汁 [おつゆ、玉葱、人参、葱、えのき、いりこ、味噌] 果物 豆腐入りみたらし団子 [豆腐、白玉粉、砂糖、醤油、片栗粉] 牛乳	<b>☆ミルクちゃんぽん</b> [うどん、ごま油、豚肉、塩、こしょう、玉葱、人参、葱、もやし、きくらげ、エビ、酒、牛乳、醤油] ぶどう豆 [水煮大豆、レーズン、砂糖、醤油] ほうれん草のナムル [ほうれん草、もやし、人参、ごま、ごま油、酢、醤油] 果物 ごま塩おにぎり [米、ごま塩ふりかけ] 菓子	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>建国記念日</b> </div>	<b>ご飯</b> 豆腐の五目あんかけ [豆腐、えのき、なめこ、塩、人参、小松菜、みりん、玉葱、醤油、片栗粉] キャベツの和え物 [キャベツ、きゅうり、人参、かつお節、醤油] 白菜の味噌汁 [白菜、玉葱、人参、しめじ、葱、いりこ、味噌] 果物 黒ごまかりんとう [小麦粉、黒ごま、ごま油、油、黒砂糖] 牛乳	<b>★ドライカレー</b> [米、合いミンチ、玉葱、人参、レーズン、にんにく、カレーパウダー、油、醤油] 菜果サラダ [白菜、きゅうり、みかん、レーズン、酢、砂糖、塩] 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	<b>ご飯</b> 豚肉の味噌だれ焼き [豚肉、油、にんにく、味噌、酒、ごま、醤油、みりん、砂糖] 小松菜の和え物 [小松菜、もやし、人参、醤油] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉葱、しめじ、昆布、わかめ、卵、塩、醤油] 果物 フルーチェ ウエハース	<b>ご飯</b> ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ、マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま、醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱、大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P、みりん、塩、砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳	<b>ご飯</b> 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、砂糖、いんげん、生姜、醤油、味噌] ほうれん草のコーン和え [ほうれん草、人参、ごま、コーン、醤油] 白菜のすまし汁 [白菜、えのき、しめじ、塩、人参、あさり水煮、昆布、醤油、葱] 果物 ヨーグルトtoast [食パン、ヨーグルト、砂糖、マーマレードジャム] 牛乳	<b>ミーツパグティ</b> [パグティ、塩、油、玉葱、合いミンチ、人参、にんにく、コンソメ、トマト缶、チーズ、ケチャップ] 果物 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢、レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱、ほうれん草、しめじ、豆乳、コンソメ、塩] 果物 おががおにぎり [米、かつお節、青のり、醤油] チーズ	<b>ご飯</b> 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆、人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参、しめじ、小松菜、いりこ、味噌] 果物 人参蒸しパン [人参、牛乳、ミックス粉、レーズン] 牛乳 ギョウザ (かもめ・はくちょう組)	<b>ひじきご飯</b> [米、ひじき、ごぼう、鶏肉、干し椎茸、しらす干し、人参、薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱、油揚げ、いりこ、味噌] 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	<b>ご飯</b> 鶏肉のマーマレード煮 [鶏肉、マーマレード、酒、醤油、にんにく] 小松菜のごまサラダ [小松菜、人参、カニカマ、マヨネーズ、塩、こしょう] あさりのスープ [あさり水煮、しめじ、塩、玉葱、人参、鶏がらだし、醤油] 果物 ★水ようかん [あんこ、寒天、塩、くす粉、グラニュー糖] 豆乳ウエハース	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>天皇誕生日</b> </div>	<b>ご飯</b> ポークビーンズ [豚肉、水煮大豆、人参、塩、玉葱、じゃが芋、トマト缶、ケチャップ、油、醤油、砂糖] ブロッコリーのツナ和え [ブロッコリー、人参、ツナ、きゅうり、醤油] わかめスープ [わかめ、白菜、玉葱、人参、鶏がらだし、塩] 果物 ★生姜焼きサンド [ロールパン、豚肉、みりん、キャベツ、油、酒、生姜、醤油] 牛乳	<b>そぼろご飯</b> [米、ごぼう、鶏ミンチ、油、砂糖、いんげん、醤油、酒、生姜] ほうれん草の千草和え [ほうれん草、油揚げ、人参、みりん、酒、砂糖、醤油] なめこの味噌汁 [なめこ、玉葱、人参、味噌、わかめ、葱、いりこ] 果物 トライフル [小麦粉、みかん、卵、白桃、ホイップクリーム、グラニュー糖、黄桃、ココア、コーンフレーク] 牛乳	<b>ご飯</b> 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん、トマト] 即席漬け [キャベツ、きゅうり、塩、人参、醤油] 玉葱のすまし汁 [玉葱、おつゆ、えのき、葱、いりこ、塩、醤油] 果物 うどん [うどん、葱、のり、めんつゆ] 菓子 手打ちうどん (かもめ・はくちょう組)	<b>カルシウムご飯</b> [米、桜エビ、かつお節、ごま、しらす干し、わかめ、ごま油、醤油、酒] 豚汁 [豚肉、豆腐、大根、人参、しめじ、葱、いりこ、味噌] 果物 菓子 牛乳
おやつ						

●3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 ●行事、材料都合の場合により献立を一部変更することがあります。 ☆は新メニューです。