

| <div>★今月の目標★</div> <div>2月</div> | | 時間内に残さず食べ、後片付けをきちんとする | | <div>東向寺保育園</div> | | |
|----------------------------------|---|-------------------------------|--------|---|-----------------------------|---|
| 日付 | 献立 | 3時おやつ | 朝おやつ | 材 料 名 | | |
| | | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの |
| 02月 | 御飯、豆腐みそ汁、白身魚の揚げおろし煮 ほうれん草の塩昆布和え | 大学かぼちゃ | クラッカー | 米、砂糖、油、片栗粉 | 牛乳、鮭、豆腐 みそ、油揚げ、ごま | かぼちゃ、大根、もやし ほうれん草、ねぎ、人参 塩昆布、わかめ、生姜 |
| 03火 | 鬼豆ライス、白菜のすまし汁 ひじき煮、りんご | 野菜もち | バナナチップ | 米、さつまいも、米粉 砂糖、油 | 牛乳、豚肉、大豆 豆乳 | 玉ねぎ、りんご、白菜、人参 小松菜、きゅうり、えのき茸 みかん濃縮果汁、ねぎ 干しぶどう、ひじき、にんにく |
| 04水 | 御飯、小松菜のみそ汁、白身魚のごま衣焼き きんぴらごぼう、バナナ | 玄米フレーク スナック | ビスケット | 米、里芋、玄米フレーク 油、米粉、ごま油、砂糖 | 牛乳、ししゃも 厚揚げ、みそ、ごま | バナナ、人参、小松菜、ごぼう ねぎ |
| 05木 | 御飯、じゃがいものスープ、大根の甘酢漬け 鶏肉とキャベツのみそ炒め、みかん | 源氏パイ | 塩せんべい | 米、じゃがいも 源氏パイ、油、砂糖 | 牛乳、鶏肉、みそ | みかん、キャベツ、大根 玉ねぎ、きゅうり、えのき茸 人参、ねぎ、生姜、にんにく |
| 06金 | 御飯、コーンスープ、厚揚げのケチャップ煮 ほうれん草のナムル、バナナ | せんべい | ポーロ | 米、ぼたぼた焼き 片栗粉、油、ごま油 | 牛乳、厚揚げ、豚肉 ごま | ほうれん草、バナナ、大根 玉ねぎ、人参、コーン、パセリ粉 |
| 07土 | 豚丼、さつまいものスープ、ぼんかん | 麦茶 黒糖棒 | しるこサンド | 米、さつまいも、黒糖棒 油、片栗粉 | 豚肉 | ぼんかん、玉ねぎ、人参 小松菜、えのき茸、ねぎ、生姜 にんにく |
| 09月 | 中華丼、豆腐すまし汁、甘煮豆、みかん | 豆腐入り ワッフル | 醤油せんべい | 米、ホットケーキ粉 砂糖、押麦、ごま油 片栗粉、砂糖、マーガリン | 牛乳、豆腐、豚肉 | みかん、白菜、人参、玉ねぎ ねぎ、たけのこ、しいたけ、生姜 黒きくらげ、わかめ、にんにく |
| 10火 | 御飯、かぼちゃのみそ汁、肉団子と野菜の煮物 フルーツカクテル | さつまいも ぜんざい | きらずあげ | 米、さつまいも、片栗粉 | 牛乳、小豆、豚肉 豆腐、鶏肉、みそ 油揚げ | 大根、かぼちゃ、みかん缶、生姜 小松菜、キウイ、人参、もやし パイン缶、えのき茸、ねぎ |
| 12木 | 救給カレー、小松菜のしらすサラダ、みかん | かぼちゃかん | 野菜スナック | 救給カレー、砂糖、油 | 牛乳、豆乳 しらす干し | みかん、かぼちゃ、小松菜 キャベツ、寒天 |
| 13金 | 御飯、さつまいものみそ汁 青魚と白菜の重ね蒸し、人参とみかんのサラダ | 蒸しパン (和風やさい) | えびせん | 米、さつまいも、片栗粉 ホットケーキ粉、甘納豆 油 | 牛乳、さわら、豆乳 みそ | 白菜、みかん缶、人参、小松菜 玉ねぎ、コーン、えのき茸 わかめ、生姜 |
| 14土 | 鶏野菜うどん、さつまいも海苔ごま焼き みかん | 麦茶 ビスコ | 塩せんべい | うどん、さつまいも ビスコ、米粉、油 | 鶏肉、ごま | みかん、もやし、玉ねぎ キャベツ、人参、青のり |
| 16月 | 三色そぼろ丼、キャベツのみそ汁 かぼちゃサラダ、バナナ | チャーハン | ポーロ | 米、油、片栗粉、砂糖 ごま油 | 牛乳、鶏肉、豚肉 凍り豆腐、みそ かつお節 | かぼちゃ、バナナ、ほうれん草 人参、玉ねぎ、きゅうり、生姜 キャベツ、コーン、ピーマン しいたけ、ひじき、わかめ |
| 17火 | 菜飯おにぎり、わかめスープ、パインケーキ 鶏肉のコーンマヨ焼き 人参サラダ | ポップコーン (カレー塩) | しるこサンド | 米、ホットケーキ粉 とうもろこし(玄穀) ノンエッグマヨ、米粉、油 | 牛乳、鶏肉、牛乳 チーズ、 | 人参、小松菜、もやし パイン缶、コーン、ねぎ 切り干しだいこん、わかめ |
| 18水 | 御飯、白菜のすまし汁、青魚のトマト煮 ブロッコリーの和え物、みかん | 蒸しさつまいも | 醤油せんべい | さつまいも、米、油 片栗粉、砂糖 | 牛乳、さば、油揚げ かつお節 | みかん、トマト缶詰、玉ねぎ 白菜、人参、ブロッコリー えのき茸、ねぎ、にんにく |
| 19木 | 御飯、コーンスープ、れんこんバーグ 蒸し野菜のサラダ | せんべい | きらずあげ | 米、片栗粉、油 | 牛乳、豆乳、牛肉 豆腐、豚肉 | 玉ねぎ、大根、れんこん、コーン キャベツ、ブロッコリー、人参 |
| 20金 | 御飯、じゃがいものみそ汁、野菜の塩ごま和え 白身魚と切干大根のあんかけ、みかん | おはぎ (きな粉) | 野菜スナック | 米、じゃがいも、もち米 砂糖、片栗粉、油 | 牛乳、鮭、油揚げ みそ、きな粉、ごま | みかん、白菜、ほうれん草 人参、玉ねぎ 切り干しだいこん、わかめ |
| 21土 | 子育て講座 【ケーキデコレーション体験】 | 麦茶 せんべい | しるこサンド | ケーキ | | |
| 24火 | 御飯、ふりかけ(さば)、ちゃんぽん汁 かぼちゃとブロッコリーの和風あん、バナナ | チョコカップケーキ クッキング保育 (5歳児) | クラッカー | 米、片栗粉 油、ホットケーキ粉 チョコレート | 牛乳、豆乳、さば 豚肉、ちくわ | バナナ、かぼちゃ、玉ねぎ、人参 ブロッコリー、キャベツ もやし、青のり コーン、切り干しだいこん |
| 25水 | 御飯、里芋のみそ汁、白身魚のごま衣焼き チンゲン菜のとろみ炒め、ぼんかん | みかん蒸しパン | バナナチップ | 米、里芋 ホットケーキ粉、油 米粉、片栗粉 | 牛乳、ししゃも みそ、油揚げ、ごま | ぼんかん、チンゲン菜 えのき茸、玉ねぎ、人参 みかん缶、わかめ |
| 26木 | 御飯、大根のみそ汁、肉じゃが(カレー味) キャベツののごまあえ | ドーナツ | ビスケット | 米、じゃがいも ドーナツ、油、砂糖 | 牛乳、鶏肉、厚揚げ みそ、ごま | 人参、キャベツ、大根、玉ねぎ ねぎ |
| 27金 | 御飯、かぼちゃのみそ汁、納豆のおとし焼き もやしのごま酢あえ | バナナオート ミールクッキー | ポーロ | 米、オートミール、米粉 油、砂糖 | 牛乳、納豆、鶏肉 みそ、ごま | もやし、バナナ、かぼちゃ コーン、人参、ねぎ、ごぼう |
| 28土 | マーボー豆腐丼、中華スープ、パイン缶 | 麦茶 丸ぼうろ | きらずあげ | 米、じゃがいも、片栗粉 ごま油、油、砂糖 丸ぼうろ | 豆腐、豚肉、みそ 干しえび | パイン缶、チンゲン菜、ねぎ 人参、生姜 |

★献立表は当園ホームページでも
見ることができます。

★天候により魚類は鯛に変更になる場合があります。
食べたことがない場合はお知らせください。

★調味料でトンカツ・中濃
ウスターソース、かけぼん
こしょう、カレー粉、ココア
ゆかり粉、焼肉のたれ、ケチャッ
プ、コンソメも 使用します。

★未摂取食材調査票★

※2月の献立に使用されている食品の中で
食べたことがない食材を記入の上、**1月27日まで**
ご提出ください。

| 園児名 | 食品名 | 調味料 |
|-----|-----|-----|
| () | () | () |

| 園児名 | 食品名 | 調味料 |
|-----|-----|-----|
| () | () | () |

令和8年 月 日
保護者氏名 印

★大切なお知らせ



厚生労働省の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」2019年改訂版で
アレルギー対応に組織的に取り組んでいくことが求められています。

**アレルギーの初発事故が起こらないために献立に使用されている食品の中で
『食べたことがない食材』がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、
何ら症状が誘発されないことを確認してください。保育園では安全を最優先に
いたしますので、家庭で試すことができなかった場合にはご連絡ください。**

※すみれ組0・1歳児は食べたことがない食材の有無に関わらず、全員ご提出ください。

※牛乳は5歳児は給食時に
1〜4歳児はおやつ時に

※都合により献立内容や食
材が変更になる場合があ
ります。ご了承ください。

★下線は旬の食材です。