

2月行事・献立予定

令和4年度

溝口保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	水	絵本代集金袋配布 身体測定（以）	キッズ麻婆 かぼちゃの甘煮 白菜と小松菜の即席漬け 玉ねぎの味噌汁 グレープフルーツ	豆腐 豚肉 納豆 人参 玉ねぎ ねぎ 生姜 かぼちゃ 白菜 小松菜 人参 昆布 玉ねぎ 人参 わかめ グレープフルーツ	牛乳 ポーロ	牛乳 りんごのケーキ
2	木	身体測定（未）	ビーフカレー 大根サラダ 福神漬け りんご	牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 かぼちゃ 大根 きゅうり 人参 ツナ キャベツ 福神漬け りんご	牛乳 クラッカー	ヨーグルト和え
3	金	豆まき	恵方巻き（以上児） かつば巻き・しんこ巻（未満児） 鬼っ子ハンバーグ ポイルブロッコリー 花魁のすまし汁 みかん	のり かんぴょう 人参 卵 きゅうり のり きゅうり たくあん 豚肉 牛肉 玉ねぎ 牛乳 卵 竹輪 コーンスナック 中華麺 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 麩 ねぎ みかん	りんごジュース	日向夏ゼリー
4	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
6	月	生活安全の日	和風パスタ ブロッコリーのドレッシング和え ほうれん草のすまし汁 グレープフルーツ	スパゲティ ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー ハム パプリカ ごま ほうれん草 豆腐 人参 グレープフルーツ	牛乳 パナナ	豆乳 人参蒸しパン
7	火	交通安全の日	揚げ餃子 たくあんサラダ 豆腐の中華スープ オレンジ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 さきいか きゅうり 人参 大根 春雨 ごま 玉ねぎ 人参 ベーコン 小松菜 豆腐 オレンジ	牛乳 ソフトあられ	牛乳 じゃが餅
8	水		さんまの塩焼き 甘煮豆 ポイルブロッコリー 豆腐の味噌汁 りんご	さんま 金時豆 ブロッコリー 豆腐 玉ねぎ ねぎ わかめ りんご	牛乳 コーンフレーク	ヨーグルト
9	木	運動教室（きりん）	ミートボールの甘煮煮 人参グラッセ ポイル野菜 カブのスープ みかん	鶏肉 豚肉 玉ねぎ ひじき 卵 人参 パター キャベツ ブロッコリー かぶ ベーコン 玉ねぎ パセリ みかん	牛乳 りんご	牛乳 ごまラスク
10	金	絵本代切 布団持ち帰り	豆乳お好み焼き 白菜サラダ えのきの中華スープ バイン	豚肉 キャベツ ねぎ 桜えび 豆乳 卵 かつお節 白菜 ハム りんご レモン えのき茸 人参 ねぎ わかめ バイン	牛乳 小魚	牛乳 サブレ
13	月		カレーうどん 大根のバリバリサラダ チーズ りんご	うどん 玉ねぎ 豚肉 しいたけ かまぼこ 人参 ねぎ 大根 人参 きゅうり ツナ ポテトフライ チーズ りんご	牛乳 ソフトビスケット	牛乳 ココアスノーボール
14	火	誕生会	おめでとうランチ	鶏肉 人参 ごぼう しいたけ 竹輪 鶏肉 レタス スパゲティ きゅうり ツナ チーズ 人参 ブロッコリー 人参 バイン	飲むヨーグルト	牛乳 ロールケーキ
15	水		鮭のちゃんちゃん焼き わかめと春雨の和え物 ほうれん草のすまし汁 パナナ	鮭 キャベツ 人参 しめじ わかめ 春雨 かまぼこ もやし ごま ほうれん草 豆腐 えのき茸 パナナ	牛乳 米菓子	牛乳 サラダパン
16	木		ビーフシチュー ミニコロッケ 白菜サラダ 伊予柑	牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 グリンピース じゃが芋 玉ねぎ 豚肉 白菜 ツナ りんご 人参 きゅうり 伊予柑	牛乳 せんべい	プリン
17	金	食育の日	★厚揚げのみそ炒め ★白菜ときこのおひたし ★鶏肉と大根のスープ りんご	生揚げ ねぎ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 椎茸 生姜 にんにく 白菜 人参 しめじ かつお節 鶏肉 大根 ねぎ 生姜 りんご	牛乳 パナナ	牛乳 野菜かりんとう
18	土				牛乳 ソフトあられ	りんごジュース せんべい
20	月		焼きそば コロコロサラダ わかめのすまし汁 みかん	中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ピーマン 青のり ブロッコリー コーン 人参 きゅうり ハム わかめ 人参 玉ねぎ みかん	牛乳 ポーロ	牛乳 ホットケーキ
21	火	内科健診	魚のから揚げ チーズ 白菜の塩昆布和え 豆腐の味噌汁 パナナ	赤魚 チーズ 白菜 きゅうり 人参 昆布 豆腐 玉ねぎ ねぎ パナナ	豆乳 ロールパン	牛乳 マカロニあべかわ
22	水	運動教室（そう）	肉じゃが 青菜の磯香和え なめこ汁 オレンジ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 蒟蒻 さやいんげん 小松菜 ほうれん草 もやし 人参 海苔佃煮 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 ★スティックピザ納豆
24	金	避難訓練 布団持ち帰り	チキン南蛮 ブロッコリーのサラダ ほうれん草の中華スープ グレープフルーツ	鶏肉 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー レタス きゅうり 人参 ほうれん草 玉ねぎ 人参 グレープフルーツ	ヨーグルト	牛乳 パナナ
25	土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
27	月		ラーメン ミートボールのケチャップ煮 ポイルブロッコリー オレンジ	中華麺 玉ねぎ 豚肉 もやし 人参 ねぎ かまぼこ 牛肉 豚肉 玉ねぎ ブロッコリー オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 ごまトースト
28	火	修了記念写真撮影 （そう組）	コロッケ キャベツとツナのサラダ 大根の味噌汁 りんご	おから じゃが芋 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 大根 しめじ 油揚げ ねぎ りんご	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい

おめでとうランチ・・・大山おこわ チキンカツ 添え菜 スパゲティーサラダ ポイル野菜 バイン

食育の日のサンプル展示は3歳児です。主食(御飯)の量は100gです。

今月の果物は、みかん、りんご、パナナ、伊予柑、オレンジ、バイン、グレープフルーツ、を予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。

★印は新メニューです。