

| 日 | 曜 | 午前おやつ (麦茶) | 主 食 | 副 食 (牛乳) | 主 な 食 材 | 午後おやつ (麦茶) |
|----|---|---------------|--------------------|--|--|-----------------------|
| 3 | 月 | 野菜ビスケット | のりごはん | けんちん汁、カジキのみそ焼き、ほうれん草の納豆あえ、みかん | 大根、里芋、にんじん、ねぎ、ごぼう、白菜、こんにゃく、豚肉、カジキ、ほうれん草、納豆、みかん | 国さつまいもの蒸しパン |
| 4 | 火 | ビスコ | 食パン | ミネストローネ、チキンカツ、サラダスパゲティ、バナナ | ベーコン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、キャベツ、トマト、鶏肉、パン粉、スパゲティ、きゅうり、かにかま、コーン、バナナ | 塩せんべい、メープルかりんと |
| 5 | 水 | えびせん | ハヤシライス | かぶのきんぴら、ベビーチーズ、りんご | 豚肉、たまねぎ、エリンギ、にんじん、しめじ、ハヤシルウ、かぶ、れんこん、ごぼう、チーズ、りんご | プチマドレーヌ、揚げせんべい |
| 6 | 木 | 星せんべい | 炊き込み五目ごはん | みそ汁、肉じゃが、ブロッコリー(みそマヨドレ)、オレンジ | ひじき、にんじん、油あげ、糸こんにゃく、白菜、あさつき、大根、じゃがいも、いんげん、豚肉、たまねぎ、ブロッコリー、オレンジ | どうぶつバタービスケット、しょうゆせんべい |
| 7 | 金 | 野菜せんべい | みそラーメン | 棒ぎょうざ、中華きゅうり、いちご | 豚肉、キャベツ、にんじん、ねぎ、もやし、ニラ、ぎょうざの皮、豚ひき肉、白菜、きゅうり、いちご | ひねり揚げ、干し芋 |
| 10 | 月 | ミレービスケット | ごはん | みそ汁、春雨入り麻婆豆腐、マカロニサラダ、りんご | 大根、にんじん、わかめ、ほうれん草、豚ひき肉、豆腐、春雨、ねぎ、たまねぎ、マカロニ、きゅうり、コーン、ツナ、りんご | えびせん、ビスコ |
| 12 | 水 | ひねり揚げ | コッペパン | コーンスープ、タンドリーチキン、コールスローサラダ、オレンジ | コーン、鶏肉、たまねぎ、カレー粉、ヨーグルト、キャベツ、にんじん、ツナ、オレンジ | 野菜せんべい、メープルかりんと |
| 13 | 木 | 英字ビスケット | たぬきうどん | 里芋のうま煮、ブロッコリーのこぶ和え、バナナ | 揚げ玉、大根、にんじん、ねぎ、しいたけ、里芋、ごぼう、絹さや、れんこん、ブロッコリー、塩こぶ、バナナ | 国ヨーグルト、こざかなぼん |
| 14 | 金 | 野菜ビスケット | にんじんごはん | みそ汁、さつまいもと鶏肉の甘辛炒め、白菜のおかか和え、いちご | かぶ、にんじん、ねぎ、油あげ、さつまいも、れんこん、鶏肉、しめじ、白菜、かつおぶし、きゅうり、いちご | うの花揚げ、プチスティック |
| 17 | 月 | 塩せんべい | チキンカレー | 切干大根の煮物、ベビーチーズ、オレンジ | 鶏肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ、切干大根、いんげん、油あげ、チーズ、オレンジ | うさぎのしっぽ、アニマルビスケット |
| 18 | 火 | プチスティック | 幼:ラップおにぎり こぶごはん | みそ汁、のり塩唐揚げ、もやしのナムル、バナナ | にんじん、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、鶏肉、青のり、もやし、ほうれん草、きゅうり、かにかま、バナナ | 野菜せんべい、バウムクーヘン |
| 19 | 水 | 揚げせんべい | 【誕生会】 セルフサンド | かぼちゃスープ、チーズハンバーグ、ナポリタン、ブロッコリー(マヨドレ)、いちご、野菜ジュース | かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、にんじん、豚ひき肉、チーズ、豆腐、パン粉、ピーマン、ウインナー、トマト、スパゲティ、ブロッコリー、いちご | 国スコーン |
| 20 | 木 | かりんとう | ごはん | みそ汁、鮭の西京焼き、春雨サラダ、りんご | 大根、白菜、ごぼう、にんじん、鮭、春雨、きゅうり、ハム、りんご | きかん棒、フルーツゼリー |
| 21 | 金 | 花せんべい | やきそば | わかめスープ、さつまいもサラダ、みかん | 豚肉、ピーマン、にんじん、キャベツ、わかめ、たまねぎ、もやし、ねぎ、えのきだけ、さつまいも、きゅうり、チーズ、みかん | 国ホットケーキ |
| 25 | 火 | 野菜せんべい | ごましおごはん | みそ汁、五目豆腐、小松菜とひじきのおひたし、オレンジ | 大根、しめじ、ニラ、にんじん、豆腐、豚肉、しいたけ、れんこん、いんげん、小松菜、ひじき、油あげ、しめじ、オレンジ | えびせん、英字ビスケット |
| 26 | 水 | 塩せんべい | 食パン | クリームシチュー、ポテトサラダ、ブロッコリー(ツナマヨドレ)、いちご | 鶏肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、かぶ、じゃがいも、きゅうり、ブロッコリー、ツナ、いちご | クラッカー、プチマドレーヌ |
| 27 | 木 | どうぶつバタービスケット | ツナとトマトのスパゲティ | 野菜とベーコンのオムレツ、キャンディーチーズ、みかん | ツナ、トマト、たまねぎ、ピーマン、赤パプリカ、ほうれん草、にんじん、じゃがいも、ベーコン、エリンギ、卵、チーズ、みかん | 国バナナヨーグルト |
| 28 | 金 | 星のパフ | ごはん | みそ汁、鮭の塩こうじ焼き、かぼちゃのそぼろ煮、りんご | なす、油あげ、キャベツ、にんじん、鮭、かぼちゃ、鶏ひき肉、いんげん、りんご | 揚げせんべい、ビスコ |

乳児組:エネルギー481kcal タンパク質16.1g カルシウム213mg 幼児組:エネルギー555kcal タンパク質19.2mg カルシウム250mg
※献立を変更する場合があります。

3日 節分メニュー

今年の節分は2日ですが、お休みのため3日にいただきます。寒い季節に体をあたためてくれるけんちん汁と、大豆の代わりに納豆を使用した納豆あえです。午後のおやつは、鬼の金棒をイメージしたさつまいもの蒸しパンです。
※誤嚥防止のため、園では炒り大豆は提供しません。

18日 幼児組ラップおにぎり

19日 誕生会

今月はセルフサンドです。子どもたちも、少しずつパンにはさんで食べるのが上手になってきました。それぞれに好きな具をはさんでいただきます。午後のおやつはスコーンです。

21日 年長児おもいでクッキング

何を作りたいか子どもたちと相談してホットケーキになりました。年長さんの最後のおもいでとして、自分たちのおやつをみんなで楽しく作りたいと思います。

当日は、エプロンと三角巾、マスクを持ってきてください。

