

月	火	水	木	金	土
	1 ご飯 白身魚のフライ 千切大根の炒め 絹ごしとアオサのすまし みかん くずもち 保育園ミルク	2 ご飯 ホッケの幽庵焼き カボチャとベーコンの煮物 キャベツのみそ汁 モモ缶 ビスコとプルーン 保育園ミルク	3 もずく丼 白菜のサラダ ゆし豆腐 洋梨缶 フライドポテト 保育園ミルク	4 ご飯 牛スジカレーソース煮 野菜炒め 鮮魚の唐揚げ 洋食スープ ヨーグルト 保育園ミルク	5 ご飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ 大根のみそ汁 かりんとう 麦茶
7	8 ご飯 じゃが芋とウィンナー炒め もずく酢 白菜のスープ バナナ ジャムサンド 保育園ミルク	9 ご飯 マーボー豆腐 きゅうりワカメ合え きのこのすまし汁 パイ缶 アンパンマンせんべい 保育園ミルク	10 クリームシチュー ブロッコリーのサラダ 麩とワカメのすまし モモ缶 チョコパン 保育園ミルク	11 建国記念日 (休園)	12 ご飯 サバの味噌煮 大根イリチー ソーメン汁 午前保育
14	15 ご飯 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ キャベツのみそ汁 りんご ぜんざい 保育園ミルク	16 カレーライス 菜の花 洋梨缶 プリン 保育園ミルク	17 お弁当会 保育園ミルク	18 ご飯 チキン唐揚げ 豚肉の生姜焼きオープン かぼちゃの煮付け 洋食スープ ぶどうゼリー 保育園ミルク	19 ご飯 コロケ もやしのナムル 絹ごしとアオサのすまし汁 はちや米 麦茶
21	22 沖縄そば ひじきのサラダ オレンジ おにぎり(ひじき) 保育園ミルク	23 天皇誕生日 (休園)	24 ご飯 豚肉の生姜焼 菜の花のサラダ キャベツのみそ汁 パイ缶 ちんびん 保育園ミルク	25 EMパン スパゲッティ 白身魚フライ 豚肉の唐揚げカレー風味 洋食スープ オレンジゼリー 保育園ミルク	26 おにぎり 豚汁 午前保育
28	ご飯 ミニハンバーグ鉄板焼き イカフライ 野菜炒め 中華コーンスープ シスコーン 保育園ミルク				
		 <p>風邪の流行する時期なので、生活リズムを整え、寒い時期を元気に過ごしていきたいですね。</p>			

2022年 2月

日付	曜	材 料
1	火	バサの魚 豚肩ロース 絹ごし豆腐 卵 切干だいこん 切昆布 切りこんにゃく 人参 シイタケ アオサ ねぎ パン粉 小麦粉 タピオカ くず粉 粉黒糖 きな粉 サラダ油
2	水	シマホッケ ベーコン かぼちゃ キャベツ 人参 ねぎ 油揚げ ゆず皮 煮物ダシ
3	木	ひき肉 ゆし豆腐 もずく 人参 ピーマン 白菜 胡瓜 ねぎ フライドポテト コーン缶 みかん缶 サラダ油
4	金	牛スジ コンビーフ グルクン 玉ねぎ セロリ 人参 じゃが芋 キャベツ 青菜
5	土	じゃがいも きゅうり 人参 マヨネーズ 大根 ネギ ひき肉
6	日	
7	月	モモ正肉 白身魚 卵 クリームコーン 里芋
8	火	ウィンナー ちくわ じゃが芋 玉ねぎ ピーマン 白菜 人参 胡瓜 ねぎ もずく ホールコーン 酢 砂糖 食パン いちごジャム
9	水	合挽肉 豆腐 人参 長ネギ ニラ きゅうり わかめ ちくわ しめじ えのき
10	木	鶏肉 じゃがいも 人参 玉葱 エリンギ ホワイトルー ブロッコリー キャベツ コーン缶 わかめ 麩 ネギ
11	金	建国記念日
12	土	サバ 大根 人参 しいたけ ニラ ソーメン ネギ しめじ
13	日	
14	月	豚ロース グルクン 牛乳 チーズ 卵 クリームコーン マカロニ 玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム 小麦粉
15	火	ひき肉 島豆腐 人参 なら ひじき じゃが芋 グリーンピース キャベツ ねぎ 油揚げ マカロニ マヨネーズ 金時豆 押し麦 粒黒糖
16	水	豚肩ロース じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ カレールー 菜の花 もやし コーン缶
17	木	お弁当会
18	金	モモ正肉 豚ロース 玉ねぎ セロリ 人参 じゃが芋 かぼちゃ
19	土	もやし きゅうり 人参 絹ごし豆腐 アオサ ネギ じゃがいも
20	日	
21	月	モモ正肉 コンビーフ あじ 牛乳 卵 クリームコーン セロリ 玉ねぎ キャベツ 人参 青菜
22	火	豚肩ロース 丸長かまぼこ そば麺 ひじき 人参 もやし 胡瓜 ねぎ 鰹節
23	水	天皇誕生日
24	木	豚肩ロース ちくわ 玉ねぎ 生姜 にんにく 菜の花 人参 もやし キャベツ ねぎ コーン缶
25	金	白身魚 豚ロース 卵 玉ねぎ セロリ 人参 じゃが芋 ピーマン スパゲッティ麺 ミートソース 小麦粉
26	土	混ぜ込み青菜 豚肩ロース 大根 人参 しいたけ こんにゃく ネギ みそ
27	日	
28	月	ハンバーグ コンビーフ イカ 卵 クリームコーン キャベツ 人参 玉ねぎ 青菜

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。