

2月メニュー表

☆献立、おやつは変更になる可能性があります

令和7年度 常盤学園保育所

日	曜日	行事予定	献立	材 料										おやつ				
1	日																	
2	月		ごはん カレー ブレンチサラダ	精白米 グリーンピース ブレンチレッシング	50 3 3	牛肉 カレールー	20 14	ジャガイモ キャベツ	50 40	人参 人参	15 10	玉ねぎ ホールコーン	30 5	牛乳 ホットケーキミックス メープルシロップ	ホットケーキ 牛乳	ほのこ バター		
3	火	部分	おとし海司 サラダ巻き 白身魚フライ 味噌汁(キャベツ)	白米 牛乳 白米 牛乳 油 玉ねぎ	50 50 10 6 10	キュウリ 水 ツナ缶 マヨネーズ 白身魚 キャベツ	5 10 10 10 3 5	ツナ缶 キュウリ 白身魚 キャベツ 白みそ	6 10 50 3 5	人参 しょうゆ 卵 キャベツ 煮干し	25 4 10 20 3	塩菜(干し) きざみのみり かにかま パン粉 ワカメ	2 0.1 10 3 3	牛乳 小麦粉 大豆	ミニドーナツ 卵 牛乳	ソフトせんべい 牛乳		
4	水		ごはん 筑前煮 豆腐の味噌汁	精白米 干しいたけ 豆腐 しょうゆ 煮みそ	50 1 3 3	鶏肉 三度豆 しいたけだし 白みそ	50 6 2 5	人参 れんこん 木綿豆腐 煮干し	20 20 35 3	しょうゆ 油 白米	15 2 15	砂糖 しょうゆ 煮干し	10 3 3	牛乳 卵	プリン 乳	ポップコーン ホップコーン		
5	木		ごはん 鶏の巻焼き 大根の炒め煮 玉ねぎのすまし汁	精白米 大根 豆腐 しょうゆ	50 50 0.5 3	鶏肉 人参 煮みそ 塩	50 20 3 0.3	しょうゆ 薄揚げ 人参	1.5 2 3	しょうゆ 砂糖 玉ねぎ	1.5 2 15	砂糖 しょうゆ 煮干し	1 2 3	牛乳 小麦粉 大豆	ムーンライト 卵	いりこ 乳		
6	金		ごはん 豚肉のチャップ和え ごまめえ 味噌汁(ジャガイモ)	精白米 トマトケチャップ キャベツ 砂糖 煮干し	50 8 25 3 3	豚肉 ウスターソース きゅうり しょうゆ 白みそ	50 2.5 20 2 5	しょうゆ 砂糖 人参 ジャガイモ 煮みそ	1 2.5 1 5 3	酒 油 ごま 玉ねぎ	2 5 10 10	片栗粉 めん 酢 ワカメ	8 3 3 3	牛乳 小麦粉 大豆	りんご 小麦	きな粉せんべい 大豆		
7	土	生活発表会																
8	日																	
9	月		ごはん ブロッコリーのシチュー 大豆とひじきのサラダ	精白米 人参 キャベツ	50 20 20	鶏肉 シチュールー 牛乳 しょうゆ	25 12 10	ブロッコリー 大豆 しょうゆ	20 20 2	玉ねぎ 大豆 酢	35 15 2	じゃがいも 干しいたけ ごま油	30 2 0.5	牛乳 乳	イチゴヨーグルト ゼラチン	昼食べよう サラダ		
10	火		ごはん 南島の鶏肉炒め煮 野菜味噌汁	精白米 豆腐 キャベツ 白みそ	50 25 2 5	かぼちゃ 油 キャベツ 煮干し	80 15 15 3	鶏肉 みかん たまねぎ	20 1 15	玉ねぎ 人参	20 2 10	しょうゆ しょうゆ 煮みそ	8 2 5	牛乳 米粉 ベーキングパウダー	オレンジ蒸しパン オレンジジュース サラダ油	揚げせんべい 砂糖 大豆		7
11	水	建国記念の日																
12	木		ごはん 鶏の生煮煮 白菜のお浸し 大根の味噌汁	精白米 白菜 わかめ	50 60 2	さば 人参 薄揚げ	5 5	しょうゆ 砂糖 煮干し	0.5 1 3	砂糖 しょうゆ 白みそ	3 2 5	しょうゆ 大根 煮みそ	3 20 5	牛乳	バナナ	ミニゼリー		
13	金		ごはん 鶏肉のBBQソース焼き コールスローサラダ 豆腐と玉ねぎのスープ	精白米 キャベツ 木綿豆腐 煮干し	50 40 30 3	鶏肉 きゅうり 玉ねぎ	80 5 10	トマトケチャップ ウスターソース 人参 煮みそ	4 5 5 5	酒 ホールコーン 塩	4 5 0.2	しょうゆ マヨネーズ しょうゆ	1 6 3	牛乳 鶏卵 大豆 貝類	ミックス缶 みかん缶 えび	えびちび 小麦 ごま		
14	土		ごはん 豚肉の野菜炒め 味噌汁(揚げ) ヤクルト	精白米 もやし ごま油 白みそ	50 15 1 5	豚肉 玉ねぎ 玉ねぎ 赤みそ	15 30 20 5	キャベツ わかめ わかめ	35 2 2	青ピーマン 薄揚げ	10 0.3 5	人参 しょうゆ 煮干し	10 1 3	牛乳	ピーチゼリー	ほかうけ		
15	日																	
16	月		ごはん カレー ブレンチサラダ	精白米 グリーンピース ブレンチレッシング	50 3 3	牛肉 カレールー	20 14	ジャガイモ キャベツ	50 40	人参 人参	15 10	玉ねぎ ホールコーン	30 5	牛乳 ホットケーキミックス メープルシロップ	ホットケーキ 牛乳	ほのこ バター		
17	火		ごはん チリコンカン 野菜スープ	精白米 鶏ガラ たまねぎ	50 1 15	大豆 水 キャベツ	25 40 20	各種ミンチ 砂糖 ホールコーン	20 15 5	玉ねぎ 鶏がら	25 1 0.8	片栗粉 塩 しょうゆ	1 0.1 3	牛乳 小麦粉 大豆	ミニドーナツ 卵 牛乳	ソフトせんべい 牛乳		
18	水		ごはん 筑前煮 豆腐の味噌汁	精白米 干しいたけ 豆腐 しょうゆ 煮みそ	50 1 3 3	鶏肉 三度豆 しいたけだし 白みそ	20 6 2 5	人参 れんこん 木綿豆腐 煮干し	20 20 35 3	しょうゆ 油 白米	15 2 15	ごぼう 砂糖 煮みそ	10 3 3	牛乳 卵	プリン 乳	ポップコーン ホップコーン		
19	木		ごはん ガハオ風ライス キャベツの和え物 きのこスープ	精白米 青ピーマン 塩 ごま油 白みそ	50 25 0.1 0.1 8	豚肉 ウスターソース キャベツ しいたけ しょうゆ	50 30 6 40 2	豚肉 ホールコーン 人参 キャベツ	30 8 5 5 10	人参 カレー粉 しょうゆ 砂糖 鶏がら	15 0.5 4 5 1	玉ねぎ トマトケチャップ しょうゆ しょうゆ 煮干し	40 3 1 2 0.1	牛乳 ホットケーキミックス 砂糖	ココアマフィン(卵) 牛乳 油	いりこ ココアパウダー		10
20	金		ごはん 豚肉のチャップ和え ごまめえ 味噌汁(ジャガイモ)	精白米 トマトケチャップ キャベツ 砂糖 煮干し	50 8 25 3 3	豚肉 ウスターソース きゅうり しょうゆ 白みそ	50 2.5 20 2 5	しょうゆ 酒 人参 ジャガイモ 煮みそ	1 2.5 5 35 5	酒 ホールコーン 玉ねぎ	2 5 10	片栗粉 めん 酢 ワカメ	8 3 2 3	牛乳 小麦 大豆	りんご 小麦 大豆	きな粉せんべい 大豆		
21	土		ごはん 五目うどん キャベツのおかか和え	精白米 うどん キャベツ 人参	50 20 5	うどん 砂糖 花巻	30 1 1	鶏肉 砂糖	10 0.4 0.8	ちくわ しょうゆ しょうゆ	8 3 2	人参 キャベツ	11 40	牛乳	みかん	ぼたぼた焼き		
22	日																	
23	月	天皇誕生日																
24	火	身体測定	ごはん 豚肉の鶏肉炒め煮 野菜味噌汁	精白米 豆腐 わかめ 白みそ	50 25 2 5	かぼちゃ 油 キャベツ 煮干し	80 15 15 3	鶏肉 みかん たまねぎ	20 1 15	玉ねぎ 人参	20 10	人参 煮みそ	8 2 5	牛乳 米粉 ベーキングパウダー	オレンジ蒸しパン オレンジジュース サラダ油	揚げせんべい 砂糖 大豆		7
25	水		ごはん 白菜と豚肉の旨煮 春雨のすまし汁	精白米 小根菜 みりん 塩	50 5 1 0.2	豚肉 厚揚げ 春雨 しょうゆ	25 15 5 3	白菜 人参 煮干し	50 5 5	人参 しょうゆ 青ネギ	20 5 3	玉ねぎ 砂糖 ワカメ	20 3 2	牛乳	ふかひき	ハッピーターン		
26	木		ごはん 白菜と豚肉の旨煮 白菜のお浸し 大根の味噌汁	精白米 白菜 わかめ	50 60 2	さば 人参 薄揚げ	5 5	しょうゆ 砂糖 煮干し	0.5 1 3	砂糖 しょうゆ 白みそ	3 2 5	しょうゆ 大根 煮みそ	3 20 5	牛乳	バナナ	ミニゼリー		
27	金	保育参観	ごはん 豚肉のBBQソース焼き コールスローサラダ 豆腐と玉ねぎのスープ	精白米 キャベツ 木綿豆腐 煮干し	50 40 30 3	鶏肉 きゅうり 玉ねぎ	80 5 10	トマトケチャップ ウスターソース 人参 煮みそ	4 5 5 5	酒 ホールコーン 塩	4 5 0.2	しょうゆ マヨネーズ しょうゆ	1 6 3	牛乳 鶏卵 大豆 貝類	ミックス缶 みかん缶 えび	えびちび 小麦 ごま		
28	土		ごはん 豚肉の野菜炒め 味噌汁(揚げ) ヤクルト	精白米 もやし ごま油 白みそ	50 15 1 5	豚肉 玉ねぎ 玉ねぎ 赤みそ	15 30 20 5	キャベツ 油 わかめ	35 2 2	青ピーマン 塩 薄揚げ	10 0.3 5	人参 しょうゆ 煮干し	10 1 3	牛乳	ピーチゼリー	ほかうけ		