様式F110

保育所　こどもの家(一般)

2023年02月分の献立

				1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
午前							
昼食				御飯、すまし汁（こまつな・えのき）、豆腐のふわとろボール（えび）、昆布の煮物（にんじん）、りんご	御飯、みそ汁（じゃが芋・たまねぎ）、ぶり大根、小松菜のごまあえ（キャベツ）	鬼ランチ・ごはん、みそ汁（かぼちゃ・もやし）、節分・いわし大豆団子、みかん	あんかけうどん（ささみ）、パイン缶、ほうれん草のナムル（人参・ごま）
午後				かぼちゃかん（あずき）	クッキー・手作り、スキムミルク	米粉おに蒸しパン・２色	おにぎり（甘納豆）
	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
午前							
昼食		さといも御飯、みそ汁（だいこん・わかめ）、さわらのはくさいあんかけ、バナナ	御飯、すまし汁（豆腐・あげ）、鶏肉の甘酢煮、キャベツとほうれんそうの磯和え	御飯、豆乳汁（野菜）、さけのサラダ焼き、きんぴらごぼう、キウイフルーツ	さつま芋御飯、豆腐の野菜そぼろ煮、だいこんときゅうりの酢の物、もも缶	御飯、みそ汁（じゃが芋・たまねぎ）、さばと大豆の煮物、ブロッコリーのおかか和え、みかん	
午後		野菜もち（こまつな・きな粉）	蒸し芋、りんご	米粉の甘酒蒸しパン、スキムミルク	おやつ小魚（ごま）、フライドポテト(冷凍)	マドレーヌ	
	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
午前							
昼食		さばのそぼろご飯、豆腐みそ汁（わかめ）、かぼちゃのマリネ、りんご	御飯、肉団子と野菜の煮物、豆腐すまし汁（わかめ）、さつま芋の甘煮	御飯、すまし汁（じゃがいも・もやし）、厚揚げのケチャップ煮、白菜とほうれん草の塩ごま和え	御飯、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、鶏むね肉のふっくら焼き、ゆでブロッコリー、卵の花（人参・ツナ）	御飯、みそ汁（豆腐・だいこん）、れんこんバーグ、野菜サラダ、みかん	てりやき野菜丼、バナナ、豚汁
午後		おはぎ（きな粉）	豆腐ガトーショコラ	どら焼き、スキムミルク	おやつ・チャーハン（しらす・ひじき）	おやつ小魚（ごま）、ポップコーン（カレー塩）	米粉おに蒸しパン
	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
午前							
昼食		菜飯、冬野菜のクリーム鍋、ひじきの煮物、いちご	御飯、みそ汁（はくさい・えのき）、さわらとごぼうの煮つけ、さっぱりポテトサラダ	御飯、みそ汁（たまねぎ・切り干しだいこん）、豆腐の五目焼き、チンゲン菜のとろみ炒め（えのき）、りんご		御飯、豆腐のすまし汁、たらのケチャップあんかけ、ベイクド里芋、りんご	豚丼、みかん、ほうれん草とえのき茸のお浸し
午後		おにぎり（さけ・ごま）	チヂミ（小松菜・豆腐・ごま）	アップルポテト、スキムミルク		凍り豆腐のきな粉トースト	焼きもろこしおにぎり
	26(日)	27(月)	28(火)				
午前							
昼食		豆腐丼（カレー風味）、すまし汁（だいこん・鶏）、キャベツの昆布あえ、パイン缶	御飯、みそ汁（なす・じゃがいも）、豚肉のすき焼き風煮物、ブロッコリーと人参のおかか和え、みかん				
午後		おにぎり（つぶあん）	キャロットケーキ(大豆粉・米粉）、スキムミルク				