



令和6年 2月 幼児食 予定献立表



愛の泉保育園

日			おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
1	木	お別れ遠足					
2	金	ハヤシライス 大根サラダ 豆乳 バナナ	ブランジャムパン 酪農牛乳	年中みかける大根ですが、今が一番美味しい時期です、水分も多く甘みもあってサラダにおすすめです！	豚肉 調製豆乳 酪農牛乳	胚芽米 パン	玉葱 セロリー 人参 えのき 生姜 にんにく カットトマト缶 大根 胡瓜 りんご バナナ
3	土	胚芽米御飯 味付けのり 豚肉と野菜の味噌炒め 絹ごし豆腐のみそ汁 ドライブルー	黒糖棒 酪農牛乳	今日の給食は緑の仲間が豊富です、病気に負けない元気な体を作ります	味付けのり 豚肉 絹ごし豆腐 アーサ 酪農牛乳	胚芽米 黒糖棒	キャベツ 玉葱 人参 茄子 ビーマン 生姜 赤ビーマン にんにく ブルー
5	月	胚芽米雑穀御飯 小魚佃煮 和風厚焼き卵 南瓜のそぼろ炒め ほうれん草のみそ汁 ドライブルー	ヨーグルト せんべい	南瓜はビタミンが豊富風邪をひかない元気な体を作ります	カエリ 沖縄豆腐 豚ミンチ 卵 合ミンチ ヨーグルト	胚芽米 押麦 もちぎび 白ごま せんべい	人参 乾燥椎茸 ねぎ 南瓜 玉葱 ほうれん草 グリーンピース ブルー
6	火	0.12歳児クラス 雑穀御飯 のり 照焼きチキン 人参シリシリ 豚汁 みかん ノア組 手巻き寿司 (チキン・卵・胡瓜 ツナマヨ・人参) 豚汁 みかん	紅芋パン 酪農牛乳	今日はのりの日です九州地区漁連乾海苔共販協議会からのりをいただきました。給食でのり巻きにして美味しく頂きますありがとうございました、みんなでのり巻き、絶対、楽しいはず・・・	鶏もも肉 卵 ツナ缶 豚肉 酪農牛乳 のり	胚芽米 ごま パン	生姜 にんにく 胡瓜 人参 キャベツ 大根 ごぼう 乾燥椎茸 ねぎ みかん
7	水	胚芽米雑穀御飯 魚の甘酢あんかけ おからイリチー キャベツのみそ汁 みかん	パンプキンサンド ぶどうジュース	おからは鉄分もカルシウムも豊富ですサラダやケーキにも美味しいですよ！	白身魚 おから 豚肉 わかめ	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉 食パン	玉葱 人参 乾燥椎茸 いんげん キャベツ しめじ にら みかん 南瓜
8	木	とうもろこし御飯 豚肉のトマト煮込み マッシュポテト かちゅー湯 グレープフルーツ	いもけんぴ 酪農牛乳	じゃが芋の美味しい時期です、色々な料理で食べてみてね	豚肉 プロセスチーズ 酪農牛乳 糸削り節	胚芽米 もちぎび じゃが芋 芋けんぴ	コーン缶 にんにく 生姜 玉葱 セロリー トマト缶 パセリ 長葱 グレープフルーツ
9	金	野菜そば 山芋イリチー りんご	クファージュシー 酪農牛乳	うるま市や読谷村では山芋の大きさを競う山芋勝負があります。大きい物は100kgを超えるそうです	豚肉 かまぼこ 豚ばら肉 ひじき 酪農牛乳	沖縄そば 山芋 胚芽米	キャベツ 人参 もやし 玉葱 にら りんご 乾燥椎茸 葱
10	土	胚芽米御飯 クリームシチュー ほうれん草のすまし汁 たんかん	マフィン 酪農牛乳	ほうれん草はビタミンAが豊富皮膚や髪の毛をきれいにします	鶏もも肉 酪農牛乳	胚芽米 じゃが芋 マフィン	人参 玉葱 白菜 しめじ ほうれん草 クリームコーン缶 みかん
13	火	タコライス 南瓜の甘煮 かちゅー湯 ドライブルー	手作りまんじゅう 酪農牛乳	手作りのまんじゅうに挑戦です！上手に出来るかな？楽しみです	サラダ用チーズ 合ミンチ 大豆 糸削り節 酪農牛乳 小豆あん	胚芽米 小麦粉	玉葱 にんにく トマト缶 レタス トマト 南瓜 長ねぎ ブルー
14	水	胚芽米雑穀御飯 魚のコーン焼き 千切りイリチー イナムドッチ みかん	お豆腐ブラウニー 酪農牛乳	卵も乳製品も使っていないブラウニーアレルギーのある子ども安心して一緒に食べられます！いいですね！	白身魚 豚肉 刻み昆布 かまぼこ 絹ごし豆腐 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉	クリームコーン缶 パセリ 切干大根 人参 乾燥椎茸 大根 葱 こんにゃく みかん クランベリー
15	木	胚芽米雑穀御飯 お豆腐ナゲット からし菜麩イリチー アーサの味噌汁 バナナ	三匹のくまのスープ 野菜クラッカー	三匹のくまの絵本の温かくて美味しそうなおスープを作ってみました、お家でも絵本を読んでみて下さいね	ささみミンチ 豚肉 沖縄豆腐 卵 アーサ スキムミルク プロセスチーズ	胚芽米 押麦 小麦粉 もちぎび 車心 じゃが芋 野菜クラッカー	からし菜 キャベツ 人参 えのき バナナ 玉葱 パセリ

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。



令和6年 2月 幼児食 予定献立表

愛の泉保育園



日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
16	金	胚芽米雑穀御飯 納豆けずり和え きびなご磯揚げ (1,2歳児クラスは白身魚) 大根の煮物 白菜のみそ汁 りんご	黒糖くずもち 酪農牛乳	小骨まで食べれる きびなご、カリッと 揚げて子供たちが 食べやすい様になって います	納豆 糸削り節 きびなご 白身魚 あおのり粉 鶏もも肉 油揚げ きな粉 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび 小麦粉 じゃが芋 芋くず タビオカ	大根 人参 生しいたけ 白菜 葱 りんご
17	土	お弁当	焼き菓子 酪農牛乳				
19	月	胚芽米雑穀御飯 鮭の照焼き ブロッコリーソテー 豆腐と青菜のみそ汁 みかん	アップルクッキー 豆乳	ブロッコリーは みんな大好きなお野菜 です。カリウム、鉄分 ビタミンCが豊富です	鮭 鶏もも肉 沖縄豆腐 調製豆乳	胚芽米 押麦 もちきび 小麦粉 オートミール	ブロッコリー 人参 ホールコーン缶 みかん ほうれん草 りんご
20	火	胚芽米雑穀御飯 油味噌 豚肉とごぼうの煮付け 愛の泉ファイトスープ りんご	乳酸菌飲料 胚芽ビスケット	『1日1個のりんご は医者いらず』という ことわざがあります 今が旬の美味しい りんごを食べましょう	三枚肉 豚肉 厚揚げ 昆布	胚芽米 雑穀ミックス 胚芽ビスケット	ごぼう 玉葱 人参 キャベツ 南瓜 りんご
21	水	バーガーパン (1,2歳児クラスは御飯) ハンバーグ チーズ グリーンサラダ チキンと野菜のスープ バナナ	雑穀 ツナマヨおにぎり	ハンバーガー！ サラダスープも お野菜たっぷりで いいですね！バランス 良く食べましょう	合ミンチ 鶏レバー 卵 チーズ 鶏もも肉 ツナ缶 味付けのり	パン 胚芽米 雑穀ミックス	玉葱 人参 生姜 レタス トマト 大根 コーン缶 カリフラワー えのき 葱 パナナ
22	木	お弁当	お誕生ケーキ 酪農牛乳	2月生まれのおともだち～ おめでとうございます			
24	土	和風そぼろ丼 大根のみそ汁 みかん	ふりかけおにぎり 酪農牛乳	そぼろのミンチに 漬した豆腐を混ぜると 脂肪は減って、蛋白質 は増えていいですね！	刻みのり 豚ミンチ 沖縄豆腐 わかめ 味付けのり 酪農牛乳	胚芽米	人参 いんげん 生姜 乾燥椎茸 大根 ねぎ みかん
26	月	胚芽米雑穀御飯 小魚佃煮 豚肉の生姜焼き ほうれん草の胡麻和え ゆし豆腐汁 みかん	麩△麩△ 酪農牛乳	麩チャンプルーに 使う車麩を輪っかに カットして甘味をつけ オープンで焼く、 麩△麩△！人気です！	カエリ 豚肉 アーサ ゆし豆腐 酪農牛乳 スキムミルク	胚芽米 押麦 もちきび 白ごま すりごま 車ふ	玉葱 赤ピーマン 生姜 ピーマン ほうれん草 ホールコーン缶 みかん
27	火	胚芽米雑穀御飯 ひじき佃煮 さばのトマトソースかけ (1,2歳児クラスは白身魚) ポテトサラダ 茄子のみそ汁 ドライブルー	さつま芋ぜんざい	ひじきの佃煮や 小魚佃煮は不足がちな カルシウム強化にいい ですね、簡単なので ご家庭でも是非！	ひじき さば 白身魚 卵 ツナ缶 油揚げ 金時豆	胚芽米 押麦 もちきび 白ごま 小麦粉 はちみつ じゃが芋 さつま芋	にんにく トマト トマト缶 胡瓜 人参 りんご 茄子 玉葱 ねぎ ブルー
28	水	胚芽米雑穀御飯 チキンの照焼き 大根と島人参のイリチー かき卵のみそ汁 バナナ	たまごパン 酪農牛乳	島人参！今の時期に しか出回らないので お子さんと一緒に いつもの人参と島人参 を比べてみましょう	鶏もも肉 豚肉 卵 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび 卵パン	生姜 にんにく 大根 人参 島人参 なら ほうれん草 パナナ
29	木	中身そば 温サラダ バナナ	青菜おにぎり チーズ	沖縄の郷土料理 中身そば、子供達も 大好きです、伝えて 行きたいですね、 うちな一料理！	豚中身 豚肉 のり チーズ	沖縄そば すりごま 胚芽米	こんにゃく 乾燥椎茸 葱 生姜 大根 南瓜 ブロッコリー パナナ

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

