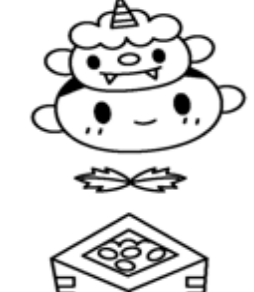


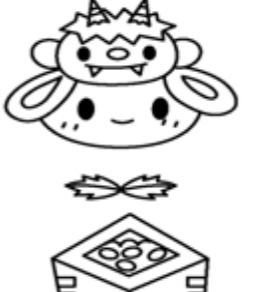
予 定 献 立 表

2021年2月分

月	火	水	木	金	土
1 あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え バナナ <small>【赤】ゆし豆腐、牛・かたろース、牛乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、じゃが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、塩昆布、バナナ、干しぶどう、グリーンピース</small> 酪農牛乳 黒糖カステラ	2 焼きそば みそ汁(大根、水菜) 節分 たんかん 分 <small>【赤】豚肉、しろさけ 【黄】焼きそば麺、ごま油、三温糖、精白米、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、焼きのり、大根、きょうな、ワカメ、タンゼロ</small> 麦茶 鮭恵方巻き	3 麦ご飯 みそ汁(白菜、えのき) 鯖の塩焼き 切り干し大根炒め りんご <small>【赤】油揚げ、さば、豚肉、カマボコ、牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、三温糖、砂糖、米粉 【緑】はくさい、えのき、切り干し大根、にんじん、しいたけ、キャベツ、りんご</small> 酪農牛乳 お好み焼き	4 麦ご飯 すまし汁(青菜、しめじ) 鶏のから揚げ パパイヤイチー みかん <small>【赤】鶏、もも、まぐろ、缶詰、牛乳 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、バター、三温糖、薄力粉 【緑】ほうれんそう、しめじ、パパイヤ、にんじん、ニラ、温州みかん、しょうが</small> 酪農牛乳 キャラメルポテト	5 ビビンバ風ごはん みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 大根の甘酢合え フルーツゼリー <small>【赤】豚肉、生揚げ、みどり調整豆乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま、砂糖、食パン、ゼリー 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、水煮缶、しいたけ、にんじん、りょくとうもやし、ほうれんそう、ネギ、大根、ブルーベリー、ジャム みどり調整豆乳 ジャムパン</small> 麦茶 鮭おにぎり	6 オムライス すまし汁(チンゲン菜、絹ごし) ゼリー <small>【赤】豆腐、豚肉、鶏卵、しろさけ 【黄】精白米、おし麦 【緑】チンゲンサイ、にんじん、ピーマン、たまねぎ、味付けのり</small> 麦茶 鮭おにぎり
8 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草、しいたけ) ハンバーグ 人参シリシリ りんご <small>【赤】牛・ひき肉、豚ひき肉、沖縄豆腐、ツナ缶、牛乳 【黄】精白米、おし麦 【緑】ほうれんそう、しいたけ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ネギ、りんご</small> 酪農牛乳 野菜天ぷら	9 炊込みご飯 みそ汁(しめじ、えのき、わかめ) 小松菜の和え物(おかか) りんご <small>【赤】豚肉、牛乳 【黄】精白米、ホットケーキ粉 【緑】にんじん、ひじき、しいたけ、こまつな、りょくとうもやし、りんご</small> 酪農牛乳 人参クッキー	10 麦ご飯 ミネストローネ(大豆) 魚フライ ブロッコリーソテー バナナ <small>【赤】豚肉、キングクリップ、油揚げ、煮干し、豆乳、大豆 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、三温糖、ごま、砂糖、薄力粉、パン粉 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト、ブロッコリー、コーン、バナナ</small> 麦茶 いなり寿司	11 	12 ロールパン チキンチャウダー トマトと水菜のツナ和え プルーン <small>【赤】鶏もも、豚肉、牛乳、クリーム、まぐろ缶詰、しらす 【黄】パン、じゃが芋、オリーブ油、バター、精白米、薄力粉 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、きょうな、プルーン、えだまめ、グリーンピース</small> 麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)	13 ポロポロジュシー 花ウインナー ゼリー <small>【赤】豚肉、ウインナー、牛乳 【黄】精白米、おし麦 【緑】にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、ネギ</small> 酪農牛乳 ホットケーキ
15 あわご飯 みそ汁(白菜、しいたけ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) キャベツサラダ <small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、牛乳、ナチュラルチーズ・クリーム、牛乳、チーズ 【黄】精白米、はるさめ、砂糖、あわ、薄力粉 【緑】はくさい、しいたけ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、ほうれんそう</small> 酪農牛乳 チーズ蒸しパン	16 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 鮭のごま味噌焼き 白和え(ほうれん草・人参) いちご <small>【赤】しろさけ、沖縄豆腐、ツナ缶、牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、ごま、砂糖、ごま油、くずでん粉、黒砂糖 【緑】しめじ、えのき、きょうな、ほうれんそう、にんじん、いちご</small> 酪農牛乳 黒糖くずもち	17 お誕生会(お弁当) 誕生会 <small>【赤】 【黄】ケーキ、ヨーゴ 【緑】</small> 酪農牛乳 誕生会ケーキ	18 麦ご飯 カボチャスープ 魚のピザ焼き ブロッコリーのおかか和え たんかん <small>【赤】牛乳、キングクリップ、ツナ缶、煮干し、チーズ 【黄】精白米、おし麦、バター、三温糖、米粉 【緑】たまねぎ、かぼちゃ、トマト、にんじん、ピーマン、ブロッコリー、コーン、タンゼロ、味付けのり</small> 麦茶 みそおにぎり いりこ	19 もずく丼 なめこ汁 白菜サラダ 健康ヨーグルト 日 <small>【赤】豚ひき肉、鶏卵、豆腐、ヨーグルト 【黄】精白米、おし麦、砂糖、さつま芋 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、なめこ、ネギ、はくさい、りんご、きゅうり</small> りんごジュース 蒸し芋	20 沖縄そば(肉入り) ゼリー <small>【赤】豚肉、カマボコ、EM牛乳、ツナ缶 【黄】沖縄そば、砂糖、精白米 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、こまつな、しめじ、りんご、味付けのり</small> 酪農牛乳 ツナマヨおにぎり
22 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー みかん <small>【赤】納豆、豚肉、カマボコ、沖縄豆腐、まぐろ、缶詰、牛乳、さば、缶詰 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、そうめん 【緑】大根、しいたけ、からし、にんじん、たまねぎ、温州みかん、ネギ</small> 酪農牛乳 ソーメンタチャー	23 	24 あわご飯 みそ汁(キャベツ、ふ) ポークケチャップ きゅうりの梅和え みかん <small>【赤】豚肉、牛乳、ツナ缶、豆乳 【黄】精白米、焼きふ、あわ、薄力粉 【緑】キャベツ、ネギ、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、梅干し、温州みかん、にんじん、ニラ</small> 酪農牛乳 ひらやちー	25 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 鯖の梅焼き 菜の花の和え物(おかか) バナナ <small>【赤】さば、竹輪、ジョア、しらす、煮干し 【黄】精白米、三温糖、ごま、あわ 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、梅干し、なばな、りょくとうもやし、バナナ、にんじん、ひじき</small> ジョア(マスカット) じゃこひじきおにぎり いりこ	26 お別れ遠足 <small>【赤】鶏卵、ツナ缶 【黄】ごま油、上新粉 【緑】ニラ</small> 野菜&フルーツ チヂミ	27 カレーライス ゼリー <small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、はちや棒 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、</small> 酪農牛乳 はちや棒



節分は立春の前日、冬が終わって春に移るとい季節の変わり目を意味します。
豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。
立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。風邪や新型コロナに負けず、
元気に過ごすには食事も大切です。バランスよく、いろいろなものを食べるようにしましょう。





※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。
 <<アレルギー食品表示を規定されている食品>>
 卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド
 ★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生