



2月 こんだてひょう

2025年度桜ヶ丘第一保育園

ひ に ち	よ う び	うめ・もも・さくら		食材料			メモ
		おひる	おやつ	熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
2 16	月	ドライカレー キャベツときゅうりのサラダ	バナナケーキ フルーツ 牛乳	米 油 バター 小麦粉 砂糖	合びき肉 豆乳 牛乳	玉ねぎ 人参 いんげん コーン レーズン キャベツ きゅうり バナナ 果物	
3 17	火	いり大豆ごはん 3日 めざし 17日 ししゃも 和風サラダ 豚汁	二色サンド ボイルワインナー フルーツ 延命茶	米 油 食パン いちごジャム マーマレード	いり大豆 めざし ししゃも ツナ缶 豚肉 みそ ワインナー	きゅうり ワカメ もやし 大根 ごぼう 人参 ねぎ 果物	
4 18	水	ごはん とり肉のからあげ 酢の物 みそ汁	マカロニきなこ フルーツ 牛乳	米 片栗粉 油 マカロニ 砂糖	とり肉 みそ きなこ 牛乳	きゅうり ワカメ 白菜 えのきだけ 小松菜 果物	
5 19	木	天然こうばパン ビーフシチュー コーンサラダ	鮭おにぎり フルーツ 延命茶	こうばパン 油 ジャガイモ デミグラスソース 米	牛肉 鮭	玉ねぎ 人参 ブロッコリー きゅうり レタス コーン 焼のり 果物	
6 20	金	ごはん みそ田楽 芋がら炒め煮 みそ汁	きつねうどん フルーツ 延命茶	米 里芋 砂糖 油 うどん	豆腐 みそ 油揚げ	こんにゃく 芋がら 人参 いんげん キャベツ しめじ ねぎ ほうれん草 果物	
7 21	土	スペゲティナポリタン ポテトサラダ	ジャムサンド フルーツ 牛乳	スペゲティ 油 ジャガイモ ロールパン いちごジャム	ワインナー ハム 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり 果物	
9	月	ごはん いわしの梅煮 ブロッコリーサラダ みそ汁	ホットケーキ フルーツ 延命茶	米 油 小麦粉 砂糖 バター はちみつ	いわし ツナ缶 豆腐 みそ 牛乳	梅干し ブロッコリー トマト かぼちゃ 絹さや 果物	
10 24	火	ごはん 鮭のパン粉焼き おからのいり煮 みそ汁	チキンライス フルーツ 延命茶	米 パン粉 油	鮭 おから 油揚げ みそ とり肉	ねぎ 人参 絹さや かぶ しめじ 玉ねぎ 果物	
25	水	ワカメごはん コロッケ せんキャベツ なめこ汁	サバラン フルーツ 牛乳	米 ジャガイモ 小麦粉 パン粉 油 フランスパン 生クリーム	豚ひき肉卵 豆腐 みそ 牛乳	ワカメ 玉ねぎ キャベツ なめこ 100%オレンジジュース 果物	
12 26	木	ごはん 煮魚 五色なます みそ汁	チーズスティック フルーツ 牛乳	米 ごま さつまいも 小麦粉 バター 砂糖	ぎんだら 油揚げ みそ 粉チーズ 卵 牛乳	大根 人参 しらたき 干しいたけ ちんげん菜 果物	
13 27	金	親子丼 白菜のソテー みそ汁	ぶどうゼリー チーズ 延命茶	米 里芋 油	とり肉 卵 みそ ゼラチン チーズ	玉ねぎ 小松菜 白菜 人参 えのきだけ ねぎ ぶどうジュース	
14 28	土	カレーうどん レタスとワカメのサラダ	マーマレードサンド フルーツ 牛乳	うどん 油 ジャガイモ ロールパン マーマレード	豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 いんげん レタス ワカメ 果物	

3日は節分。豆まきは新聞で作った豆でやりますが、(誤嚥の危険があるため)
ご飯の時にいり大豆ご飯とめざしをたべます。
鬼はいわしの焼けるにおいが嫌いで逃げていくそうです。

2月3月は年長さんのリクエスト献立が登場します。
お楽しみに！

