



平成30年2月分保育所給食献立一覧表

月間献立テーマ「いろいろな食材をよくかんで食べましょう」

ひかり 保育園

豊川市・豊川市保育連絡協議会

日	曜日	献立名	赤色の食品 血や肉を作る	黄色の食品 熱や力のもと	緑の食品 体の調子を整える	10時のおやつ 3才未満児のみ	3時のおやつ 全員
1	木	ごはん 煮魚 みそ沢煮椀	さかな 赤みそ	米 砂糖 こんにやく	大根 人参 えのき ごぼう ほうれん草	おかし	牛乳 おかし
2	金	手巻き寿司 うずら卵のすまし汁 いちご	ウインナー ちくわ ツナ うずら卵 のり	米 砂糖 マヨネーズ	きゅうり 人参 小松菜 しいたけ 玉ねぎ いちご	発酵乳 スティックパン	(節分) 甘酒 鬼打ち豆
3	土	ジャムサンド ヨーグルト パナナ 牛乳	ヨーグルト 牛乳	パン マーガリン	バナナ		
5	月	ごはん 豆腐のみそ汁 大根のここと煮	豆腐 油揚げ 昆布 赤みそ 鶏肉	米 ごま油 ごま 砂糖	えのき ねぎ 大根 人参	飲むヨーグルト いちご	牛乳 野菜クラッカー
6	火	白食パン ペンネと大豆のミートソース コールスローサラダ	豚肉 大豆	パン ペンネ 片栗粉 オリーブ油 油 砂糖	人参 玉ねぎ しめじ パセリ ブロッコリー キャベツ コーン	発酵乳 ソーセージ	コーンフレーク 牛乳かけ
7	水	バターロールパン すまし汁 魚のかりんと揚げ レタス ミントマト	さかな	パン 片栗粉 油 ごま 砂糖	レタス ミントマト えのき 大根 小松菜	発酵乳 さつまいも煎餅	牛乳 バナナ
8	木	ごはん 豚肉と根野菜の煮物 すのもの	がんもどき わかめ 豚肉 ハム 合わせみそ	米 じゃがいも 砂糖 こんにやく 油	人参 ごぼう れんこん ほうれん草 もやし	ゼリー	ミニあんぱん
9	金	切干大根の炊き込みご飯 なめこ汁 プリン	鶏肉 油揚げ 豆腐 合わせみそ プリン	米 砂糖	切干大根 人参 まいたけ なめこ 玉ねぎ 小松菜	みかん	(手作り) ウインナーとコーンの蒸 しパン
10	土	バタートースト パナナ 魚肉ソーセージ 牛乳 ゼリー	魚肉ソーセージ 牛乳	パン マーガリン	バナナ		
13	火	丸パン ちりじゃこサラダ 鶏肉と冬野菜のクリームシチュー	鶏肉 牛乳 じゃこ	パン 油 小麦粉 バター 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 かぶ ブロッコリー チンゲン菜 レタス きゅうり	発酵乳 おせんべい	おかし
14	水	黒糖食パン 野菜スープ カレーコロッケ ゆでキャベツ	豚肉 ベーコン	パン じゃがいも 小麦粉 パン粉 油	玉ねぎ 人参 キャベツ 大根 えのき	ゼリー	飲むヨーグルト クリスプ
15	木	ごはん 豚肉のさっぱり煮 里芋のとも和え	豚肉	米 さといも ごま 砂糖	白菜 人参 ゆず ねぎ ほう れん草	発酵乳 ミックスクッキー	(手作り) フライビーンズ
16	金	中華飯 卵スープ みかん	豚肉 いか 鶏卵 わかめ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油	キャベツ 人参 白菜 玉ねぎ たけのこ もやし 小松菜 みかん	発酵乳 バナナ	ヨーグルト
17	土	調理パン プリン バナナ 牛乳	ソーセージ 牛乳 プリン	パン	バナナ		
19	月	ごはん 飛鳥汁 鶏肉と大根の煮物	鶏肉 牛乳 みそ 豚肉	米 じゃがいも 油 砂糖	大根 人参 ほうれん草 白菜 しいたけ 玉ねぎ	いちご	牛乳 きらずあげ
20	火	さつまコッペ 白菜スープ チャプチェ	豚肉 ほたて	パン はるさめ 砂糖 ごま油 ごま	人参 玉ねぎ ピーマン しめじ もやし 白菜	発酵乳 おせんべい	フレークバー
21	水	カレーパン 野菜スープ ちくわの2色揚げ	ちくわ 鶏肉 青のり	パン 小麦粉 油	レタス ミントマト チンゲン菜 人参 しめじ	みかん	牛乳 バナナ
22	木	三色ごはん みそ汁 いちご	鶏肉 鶏卵 油揚げ かまぼこ 赤みそ	米 砂糖	人参 しいたけ 大根 ほうれん草 ねぎ いちご	発酵乳 おせんべい	みたらし団子
23	金	ねぎ塩豚丼 もずく汁 ヨーグルト	豚肉 豆腐 白みそ もずく ヨーグルト	米 ごま油 片栗粉	玉ねぎ ねぎ 人参 もやし ピーマン レモン し めじ えのき	発酵乳 おかし	ミニメロンパン
24	土	ジャムサンド ヨーグルト パナナ 牛乳	ヨーグルト 牛乳	パン マーガリン	バナナ		
26	月	ごはん 豆腐のみそ炒め 切干大根の中華ナマス	豆腐 豚肉 油揚げ 赤 みそ カニかま	米 じゃがいも 油 砂 糖 ごま油	ねぎ 人参 ブロッコリー 切干大根 小松菜	発酵乳 バナナ	牛乳 おかし
27	火	白食パン テリコンカン ひじきサラダ	大豆 鶏肉 ひじき ツナ	パン 油 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 トマト缶 トマト キャベツ コーン きゅ うり	チーズ	バナナ
28	水	クロワッサン 野菜スープ 鶏のから揚げ レタス ミントマト	鶏肉	パン 片栗粉 油 さといも	レタス ミントマト 白菜 人参 えのき	発酵乳 おせんべい	牛乳 いちご