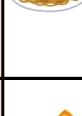
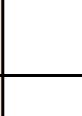



2月

3歳未満児 献立表


八王子市立北野保育園

日/曜		献立名	10時おやつ	3時おやつ	材料名		
					熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2・16	月	中華丼 生揚げとにんじんの含め煮 にら玉みそ汁		豆乳	フライドポテト 牛乳	米/ゴマ油/砂糖/片栗粉/じゃがいも/油	豚もも小間肉/なると/生揚げ/豆腐/たまご/白みそ
3	火	いわしのかば焼き丼 ささみと野菜のごまマヨドレ和え煮 大根とえのきのみそ汁 節分メニュー		牛乳	大豆とチーズのマフィン 牛乳	米/片栗粉/油/砂糖/マヨドレ/白いりごま/ホットケーキミックス/バター	いわし/鶏ささみ小間肉/白みそ/カルシウムと鉄分の多いミルク/水煮大豆/さいころチーズ
17	火	ごはん さわらの幽庵焼き ささみと野菜のごまマヨドレ和え煮 大根とえのきのみそ汁		牛乳	フルーツトライフル 牛乳	米/マヨドレ/白いりごま/砂糖/スponジシート/フローズンホイップ	さわら/鶏ささみ小間肉/白みそ/プレーンヨーグルト
4・18	水	ごはん 肉じゃが煮 白菜とお麩のみそ汁 みかん		豆乳クッキー 麦茶	アップルパイ 牛乳	米/じゃがいも/油/砂糖/小町麩/パイシート	豚もも小間肉/白みそ
5・19	木	ダイスチーズパン ポークビーンズ 春雨入り野菜ソテー 給食用ジョア(プレーン)		幼児りんご	カレーうどん 麦茶	ダイスチーズパン/じゃがいも/春雨/油/茹でうどん	水煮大豆/豚もも小間肉/豚もも挽肉/鶏もも小間肉
6	金	コーン入り鶏そぼろごはん たらのオーロラソース焼き ゆでブロッコリー かぶと油揚げのみそ汁		牛乳	米粉のチョコチップクッキー 牛乳	米/砂糖/マヨドレ/オリーブ油/米粉パウダー/パンケーキ用/バター/チョコチップ	鶏もも挽肉/たら/油揚げ/白みそ/調整豆乳
20	金	ごはん バーベキューチキンor塩鮭 ゆでブロッコリー 白菜の和風あんスープ オレンジゼリーorアップルゼリー セレクトメニュー		牛乳	米粉のチョコチップクッキー 牛乳	米/オリーブ油/砂糖/片栗粉/米粉パウダーパンケーキ用/バター/チョコチップ	鶏もも切り身/甘塩ざけ/調整豆乳
7・21	土	焼きそば 鶏肉と野菜の中華風スープ カスタードプリン		牛乳	いなりずし 牛乳	焼そば麺/油/ゴマ油 わかめ/鶏もも小間肉	たまねぎ/キャベツ/にんじん/ピーマン/だいこん/長ねぎ
9	月	ごはん かつおふりかけ 厚焼き卵 えのきとしらたきのきんぴら 青菜と油揚げのみそ汁		ステイックチーズ 麦茶	みるくクリームパン 牛乳	米/油/砂糖/ゴマ油/じゃがいも/丸パン/コンスター/バター	かつおふりかけ/たまご/豚もも挽肉/油揚げ/白みそ/牛乳
10・24	火	ごはん 金目鯛の塩麹焼き 白菜の塩昆布和え煮 なめこのみそ汁		牛乳	どら焼き(10日) ツナサンド(24日) 牛乳	米/ゴマ油/食パン(24日)/マヨドレ(24日)	きんめだい/塩昆布/豆腐/白みそ/まぐろ缶詰(油漬フレーク)(24日)
25	水	★カレーライス りんごドレッシングサラダ風煮 きになる野菜(赤ぶどう&トマト) ★らいおんぐみリクエストメニュー		かぼちゃボーロ 麦茶	キャロットゼリー ココアウエハース 牛乳	米/じゃがいも/油/砂糖	豚もも小間肉/ポークハム/粉寒天
12・26	木	にんじんごはん 照り焼きチキン 青のりポテト 豚もやしスープ マスカットゼリー(26日) 26日:誕生会		牛乳	豆腐ブラウニー(12日) 牛乳(12日) マカロニカルボナーラ風(26日) 麦茶(26日)	米/砂糖/じゃがいも/ゴマ油/油/バター/小麦粉(12日)/ココア(12日)/マカロニ(26日)	鶏もも切り身/青のり粉/豚もも小間肉/白みそ/豆腐(12日)/調整豆乳(12日)/ポークハム(26日)/牛乳(26日)/生クリーム(26日)/粉チーズ(26日)
13・27	金	ごはん 鯖の竜田揚げ きゅうりとわかめの酢の物煮 かみなり汁		スパロン	ナンピザ 牛乳	米/片栗粉/油/砂糖/ゴマ油/ナン	さば/乾燥カットわかめ/豆腐/ポークワインナー/ミックスチーズ
14・28	土	わかめごはん さつまいもと鶏肉の甘辛バター炒め キャベツと高野豆腐のみそ汁 ミルミルS		牛乳	ビスコ(備蓄) 牛乳	米/さつまいも/油/バター/砂糖	わかめごはんの素/鶏もも小間肉/高野豆腐/白みそ

都合により献立内容を変更する場合があります。スープ・みそ汁のだしはかつお節からとっています。

食品ロスの観点から献立表に掲載されていない余剰のお菓子やジュースを提供する場合があります。

 2月の旬

白菜、大根、小松菜、キャベツ、たら、さばなど

 行事食

3日:節分メニュー

2月3日は「節分」です。節分には、邪気を払うために豆まきを行い、恵方巻きやいわしを食べる習慣があります。これらの食材は、健康と幸運を願う意味が込められています。

保育園では、給食で「いわしのかば焼き丼」、3時のおやつで「大豆とチーズのマフィン」をいただきます。

 セレクトメニュー

20日はセレクトメニューです。主菜は「バーベキューチキン」または「塩鮭」、デザートは「オレンジゼリー」または「アップルゼリー」から、クラス単位で選んだものを食べる予定です。

 おやつクッキング13日にきりんぐみ(4歳児)、27日にらいおんぐみ(5歳児)でおやつクッキングをします！
きりんぐみは、自分でナンに具材をトッピングします。らいおんぐみは、生地から手作りします。
2月の公立保育園人気メニュー
 25日(水)に市立中野保育園で人気の
 「キャロットゼリー」が登場します！

今月の栄養給与量
 エネルギー 550kcal
 たんぱく質 20.7g
 脂質 17.0g
はちおうじ食育キャラクター
はっちくん
 公立保育園の給食
 レシピを
 紹介しています！
 ぜひご覧ください。


\子育て応援サイトで紹介しています／

[こちらをクリック！](#)