

2月給食献立表

ちどり第2保育所
令和4年1月31日発行

月	火	水	木	金	土
	1日 納豆ごはん 豚肉の生姜焼き 大根の酢の物 豆腐の味噌汁 果物	2日 ごはん マーボー豆腐 キャベツの梅和え 麩のすまし汁 果物	3日 節分 鬼さんドライカレー 大豆入りひじき煮 ヨーグルト和え	4日 食パン かぼちゃフライ ◇さきいかサラダ 豆乳コーンスープ 果物	5日 中華丼 ワンタンスープ
					
	○ホットケーキ 牛乳	○しらすチーズトースト 牛乳 ♪琉煌君	○鬼さんカステラ 牛乳	菓子 牛乳	オレンジ 牛乳 デニッシュ
7日 ちゃんぽんうどん じゃがいもの真砂和え ◇きんぴらごぼう 果物	8日 ごはん カレーの塩焼き 白菜の海苔和え なめこの味噌汁 果物	9日 焼肉丼 もやしのナムル えのきのすまし汁 果物	10日 誕生会 赤飯 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ じゃが芋とベーコンの 味噌汁 フルーツポンチ	11日 	12日 ツナそぼろ丼 春雨スープ 
					
○菜飯おにぎり	とろべ〜 ヨーグルト	菓子 牛乳 野菜スティック	○バレンタインケーキ 牛乳		クリームパン 牛乳
14日 海鮮塩焼きそば ♪直輝くん ピーマンの塩昆布和え 中華スープ 果物	15日 麦ごはん 炒り豆腐 和風サラダ はんぺんのすまし汁 果物	16日 ごはん カルシウムふりかけ ♪瑠姫斗君 ピーマンの細切り炒め 小松菜のナムル カニカマスープ 果物	17日 ごはん サバの味噌煮 ほうれん草の納豆和え ちよろけん汁 果物	18日 ごはん 鶏肉の照り焼き ◇切干大根の ツナカレー煮 豆腐の味噌汁 果物	19日 エビピラフ ポテトスープ 
					
○鮭おにぎり	○お麩ラスク 牛乳	菓子 牛乳	○ミートソース 牛乳 蒸しパン	○塩キャラメル 牛乳 チップス	メロンパン 牛乳
21日 和風スパゲティー 人参サラダ キャベツスープ 果物	22日 麦ごはん 鮭の西京焼き 小松菜の和え物 もやしのすまし汁 果物	23日 	24日 ◇フランスパン 豆腐とエビの ケチャップ煮 サラスパサラダ クラムチャウダー 果物	25日 	26日 海鮮お好み焼き バナナ 
					
○中華風おにぎり	菓子 牛乳		○サーターアンダギー 牛乳	○フライドポテト 牛乳	あんぱん 牛乳
28日 豆乳担担麺 ♪悠翔君 ◇焼きシシャモ かぼちゃの含め煮 果物 	乾物で栄養を摂ろう！ 保存食である乾物は、作物の収穫が少ない冬を乗り切るために考えられた食品です。天日に干すことでうま味や甘味が凝縮され、栄養価が高くなるものがあります。乾物を用いた料理で栄養を摂るのはもちろんですが、空気が乾燥する冬は手作りもしやすいです。保育所でも切干大根を作ったので、8日の給食で提供をしようと思います！ 				
○たぬきおにぎり					