



2月献立表



令和7年1月31日社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ (未満児) アレルギー児対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	土	麦茶・ポテコ		中華丼・中華スープ・りんご		麦茶・ハッピーターン	
2	日						
3	月	ヨーグルト		鬼ライス(鶏カレーそばろ)・鮭カリカリ揚げ・ 大豆サラダ・トマト・そうめん汁・オレンジ(豆まき会)		牛乳★きな粉ボーロ	牛乳→麦茶
4	火	牛乳・ ハッピーターン		ご飯・肉団子・きんぴらごぼう・パリパリサラダ・ 小松菜味噌汁・りんご		麦茶★納豆巻き (ごまおにぎり)	
5	水	牛乳・ コーン菓子		ガバオライス・海苔巻きチキン・ブロッコリーソテー・ かぼちゃチップス・野菜スープ・バナナ	バナナ→りんご	牛乳★ドーナツ	牛乳→麦茶
6	木	牛乳・塩煎餅		ご飯・魚ロツケ・大豆トマト煮・ハムコーンサラダ・ 高野豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳★ホットケーキ	牛乳→麦茶
7	金	牛乳・えびせん		ご飯・鮭竜田揚げ・海鮮マカロニソテー・中華サラダ・ 大根味噌汁・りんご		ヨーグルト・ クラッカー	ヨーグルト →豆乳ヨーグルト
8	土	麦茶・ウエハース		焼肉丼・豆腐味噌汁・オレンジ		麦茶・塩煎餅	
9	日						
10	月	牛乳・ サッポロポテト		ご飯・ハンバーグ・竹輪入りポテサラ・ カレースパゲティ・野菜スープ・バナナ	バナナ →オレンジ	りんごジュース・ ポッキー(えびせん)	
11	火			建国記念の日			
12	水	牛乳・塩煎餅		ご飯・鯖塩焼き(鮭塩焼き)・かぼちゃ挽肉あんかけ・ 中華春雨サラダ・若布味噌汁・オレンジ		牛乳★人参ケーキ	牛乳→麦茶
13	木	牛乳・ サッポロポテト		ご飯・ミラノ風チキンカツ・フレンチりんごサラダ・ 鮭フレーク・大根味噌汁・バナナ	バナナ →オレンジ	麦茶★焼き豚おにぎり	
14	金	牛乳・山田煎餅		ご飯・鮭南部焼き・千切り野菜の炒め煮・ ブロッコリーツナ和え・豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳 ★渦巻きかりんとう	牛乳→麦茶
15	土	麦茶・ビスケット		カレーライス・野菜スープ・りんご		麦茶・ばかうけ	
16	日						
17	月	牛乳・えびせん		ご飯・豚味噌焼き・もやし海苔和え・竹輪唐揚げ・ キャベツ味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳★ホットドック	牛乳→麦茶
18	火	牛乳・ウエハース		ご飯・鮭中華焼き・かぼちゃマッシュ・人参しりしり・ ほうれん草味噌汁・りんご		牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
19	水	牛乳・ ハッピーターン		ご飯・ミートローフ・大根ツナサラダ・ひじき煮・ 高野豆腐味噌汁・バナナ	バナナ →オレンジ	★りんごゼリー・ クラッカー	
20	木	牛乳・ビスケット		ご飯・鱈青のりフライ・キャベツソテー・トマト・ 小松菜味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・ ハッピーターン	ヨーグルト →豆乳ヨーグルト
21	金	フルーツゼリー		トンボライス・唐揚げ・フレンチトマトサラダ <胡麻ドレ>・春雨カレーソテー・野菜スープ・オレンジ (誕生会)		ぶどうジュース ★苺パウンドケーキ	
22	土	麦茶・コーン菓子		タコライス・野菜スープ・りんご		麦茶・ハッピーターン	
23	日			天皇誕生日			
24	月			振替休日			
25	火	ヨーグルト		ご飯・麻婆豆腐・竹輪カレー揚げ・ひじきナムル・ 肉団子スープ・バナナ	バナナ→りんご	牛乳★ツナマヨピザ	牛乳→麦茶
26	水	牛乳・えびせん		ご飯・豚照り焼き・和風スパゲティ・カミカミサラダ・ 白菜味噌汁・オレンジ		牛乳 ★さつま芋ガレット	牛乳→麦茶
27	木	牛乳・ビスケット		ご飯・鮭コーンマヨ焼き・五目きんぴら・ 茹でブロッコリー・豆腐味噌汁・りんご		牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶
28	金	牛乳・ウエハース		ご飯・焼き餃子・クープイリチー(沖縄料理:昆布の炒め物)・ トマトとしらすのさっぱり和え・じゃが芋味噌汁・オレンジ		★磯ラーメン	中華麺→そうめん

2月平均摂取エネルギー(以上児:585Kcal・未満児:508Kcal)

※()は未満児(0・1・2歳児)に提供予定です。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにして持たせて下さい。

※アレルギーに関しては個別に対応いたします。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・竹輪等の加工食品はアレルゲンフリーの物を提供します。

※すみれ組(5歳児)のリクエストメニューを緑色で記載しています。2・3月に分けて提供予定です。

※ご家庭での食事で変化がありましたらお知らせ下さい。

※都合により献立変更する場合があります。ご了承下さい。

新メニューの紹介

2月6日(木)に提供予定の「魚ロツケ(ギョロツケ)」はお肉の代わりに鱈を使用したコロツケになっています。青のりを入れて磯の風味を出すように工夫します。