

# 予 定 献 立 表

2021年2月分

どリーむ保育園

月	火	水	木	金	土
<p><b>1</b> あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え バナナ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛・かたろース、牛乳、牛乳チーズ 【黄】精白米、あわじやが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、塩昆布、バナナ、干しぶどう、グリーンピース</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p><b>2</b> きのごすパゲティ みそ汁(大根、水菜) 節分 大豆の甘辛炒め たんかん 型抜きチーズ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏ひき肉、大豆、しらすチーズ、納豆、煮干し 【黄】スバゲティ麺、ごま油、三温糖、精白米、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、しめじ、ピーマン、焼きのり、大根、きょうな、ワカメ、タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆巻き いりこ</p>	<p><b>3</b> 麦ご飯 みそ汁(白菜、えのき) 鯖の塩焼き 切り干し大根炒め りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ、さば、豚肉、かまぼこ、牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、三温糖、砂糖、米粉 【緑】はくさい、えのき、切り干し大根、にんじん、しいたけ、りんご、ユコン</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 コーンのお焼き</p>	<p><b>4</b> 麦ご飯 すまし汁(青菜、しめじ) 鶏のから揚げ パパイイリチー みかん</p> <p><small>【赤】鶏、もも、まぐろ、缶詰、牛乳 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、バター、三温糖、薄力粉 【緑】ほうれんそう、しめじ、パパイア、にんじん、こ、温州みかん、しょうが</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 キャラメルポト</p>	<p><b>5</b> ビビンバ風ごはん(玄米) みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 大根の甘酢合え シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉、生揚げ、みどり調整豆乳 【黄】玄米、ごま油、三温糖、ごま、砂糖、食パン、ゼリー 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、水煮缶、しいたけ、にんじん、りょうとうもろやし、ほうれんそう、ネギ、大根、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン</p>	<p><b>6</b> 麦ご飯 すまし汁(チンゲン菜、絹ごし) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) パン缶</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏、もも、豚肉、しろさけ 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、ミルミル 【緑】チンゲンサイ、にんにく、にんじん、キャベツ、ピーマン、りょうとうもろやし、パン缶、アップル、缶、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル 鮭おにぎり</p>
<p><b>8</b> あわご飯 みそ汁(キャベツ、ふ) ポークケチャップ きゅうりの梅和え みかん</p> <p><small>【赤】豚肉、牛乳、ツナ缶、豆乳 【黄】精白米、焼きふ、あわ、薄力粉 【緑】キャベツ、ネギ、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、梅干し、温州みかん、にんじん、こ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p><b>9</b> ふりかけご飯 おでん 小松菜の和え物(おかか) りんご</p> <p><small>【赤】ソーキ骨、生揚げ、竹輪、牛乳、牛乳チーズ 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、ホットケーキ粉 【緑】にんじん、大根、なが昆布、こまつな、りょうとうもろやし、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ブリッツ(人参)</p>	<p><b>10</b> 麦ご飯 ミネストローネ(大豆) まぐろカツ(ゴマ) ブロッコリーソテー バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、ききはだまぐろ、しらす、油揚げ、煮干し、豆乳、大豆 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、三温糖、ごま、砂糖、薄力粉、パン粉 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト、ブロッコリー、コーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 いなり寿司</p>	<p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">建国記念日</p>	<p><b>12</b> ロールパン チキンチャウダー トマトと水菜のツナ和え ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏もも、豚肉、牛乳、クリーム、まぐろ、缶詰、しらす 【黄】パン、じゃが芋、オリーブ油、バター、精白米、薄力粉、アーモンド 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、きょうな、ブルーベリー、えだまめ、グリーンピース</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)</p>	<p><b>13</b> そぼろ丼 みそ汁(なす) 白菜の和え物 たんかん</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、砂糖、バター、米粉、アーモンド 【緑】ほうれんそう、なす、ワカメ、ネギ、はくさい、きゅうり、タンゼロ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かぼちゃクッキー</p>
<p><b>15</b> あわご飯 みそ汁(白菜、しいたけ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、牛乳、ナチュラルチーズ、かまぼこ、牛乳チーズ 【黄】精白米、はるさめ、砂糖、あわ、薄力粉 【緑】はくさい、しいたけ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p><b>16</b> カレーライス(シーフード) ブロッコリーのマヨネーズ和え ゴマなしミニフィッシュ いちご</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳、まぐろ、缶詰、牛乳、煮干し 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、はちや棒 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、ブロッコリー、カリフラワー、ユコン、タンゼロ、いちご、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 はちや棒 バナナ</p>	<p><b>17</b> 麦ご飯 カボチャスープ 魚のピザ焼き ブロッコリーのおかか和え たんかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ、ツナ缶、煮干し、チーズ 【黄】精白米、おし麦、バター、三温糖、米粉 【緑】たまねぎ、かぼちゃ、トマト、にんじん、ピーマン、ブロッコリー、コーン、タンゼロ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 みそおにぎり</p>	<p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">お弁当会</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チヂミ</p>	<p><b>19</b> もずく丼(玄米) なめこ汁 白菜サラダ の ソフル元気ヨーグルト 日</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏卵、豆腐、牛乳、ヨーグルト 【黄】玄米、砂糖、さつま芋 【緑】沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、なめこ、ネギ、はくさい、りんご、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p><b>20</b> 沖繩そば(肉入り) 小松菜としめじのおかか和え りんご</p> <p style="text-align: center;">午前保育</p>
<p><b>22</b> 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、かまぼこ、沖繩豆腐、まぐろ、缶詰、牛乳、さば、缶詰 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、そうめん 【緑】大根、しいたけ、からし、にんにく、にんじん、たまねぎ、温州バナナ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ソーメンチャー</p>	<p style="text-align: center;"><b>天皇誕生日</b></p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p><b>24</b> 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草、しいたけ) ハンバーグ 人参シリシ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚ひき肉、沖繩豆腐、しらす 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、バター、しゅうまいの皮 【緑】ほうれんそう、しいたけ、たまねぎ、にんじん、ネギ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 カレーポテのサモサ風</p>	<p><b>25</b> あわご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 鯖の梅焼き 菜の花の和え物(おかか) みかん</p> <p style="text-align: center;">誕生会</p> <p style="text-align: center;">牛乳 誕生日ケーキ</p>	<p><b>26</b> 麦ご飯 みそ汁(大根、ワカメ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め(青菜) バナナ</p> <p><small>【赤】豚レバー、豚肉、しらす 【黄】精白米、おし麦、ごま 【緑】大根、ワカメ、ネギ、にんにく、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、ピーマン、バナナ、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスクド) じゃこひじきおにぎり いりこ</p>	<p><b>27</b> 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 鮭のごま味噌焼き 白和え(ほうれん草・人参) いちご</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p>

節分は立春の前日、冬が終わって春に移るとい季節の変わり目を意味します。  
豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。  
立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。風邪や新型コロナに負けず、  
元気に過ごすには食事も大切です。バランスよく、いろいろなものを食べるようにしましょう。



※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

《アレルギー食品表示を規定されている食品》

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生