

予 定 献 立 表

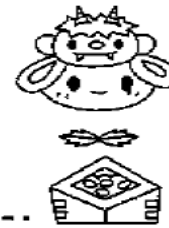
2021年2月分

とこいく保育園 932-5662

月	火	水	木	金	土	
<p>1 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、かた-スE、豆乳、牛乳 【黄】絹白米、あわじやが芋、三温糖、強力粉、薄砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、塩昆布、バナナ、干しほうろ、グリーンピース</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 黒糖カステラ</p>	<p>2 きのこスパゲティ 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、絹白米、干し 【黄】スパゲティ、粗ごま油、三温糖、絹白米、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、きょうろ、カスターゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆巻き いりこ</p>	<p>3 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】新揚げ、さば、豚肉、カニ、EM牛乳、チーズ、牛乳 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、三温糖、薄力粉、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、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM醸造牛乳 コーンのお餅巻</p>	<p>4 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、新揚げ、EM牛乳 【黄】絹白米、おし麦、かつまき、三温糖、薄力粉 【緑】ほうれんそう、しめじ、パパイア、にんじん、とうもろこし、しょうが</small></p> <p style="text-align: center;">EM醸造牛乳 キヤメルポット</p>	<p>5 ビビンバ風ごはん 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】豚肩ロース、豆腐 【黄】絹白米、おし麦、三温糖、EM醸造牛乳、ゼリー 【緑】にんにく、しょうが、大根、水菜、しいたけ、にんじん、りんご、たまねぎ、ほうろ、きょうろ、大根、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ジャムパン</p>	<p>6 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) パイン缶</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏もも、豚肉、しらす、豆乳 【黄】絹白米、おし麦、はちみつ 【緑】チンゲンサイ、にんにく、にんじん、キャベツ、ピーマン、りんご、たまねぎ、パインアップル、塩、味噌、けのり</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳おにぎり</p>	
<p>8 あわご飯 みそ汁(キャベツ、ふ) ボーケケチャップ きゅうりの梅和え みかん</p> <p><small>【赤】豚肉、豆乳、卵、豆腐 豆乳 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、おろし粉、ミルミル 【緑】キャベツ、きょうろ、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、梅干し、塩、おろし、にんじん、とうもろこし</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ひらやちー</p>	<p>9 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、生揚げ、卵、牛乳 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、おろし粉、ミルミル 【緑】にんじん、大根、なが昆布、こまつな、りんご、とうもろこし、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル プリッツ(人参)</p>	<p>10 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、おし麦、じゃが芋、三温糖、ごま、砂糖、薄力粉、パン粉 【黄】絹白米、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、かつ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 いりこ</p>	<p>11</p> <div style="text-align: center;">  <p>建国記念日</p> </div>		<p>12 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、生揚げ、しらす 【黄】パン、じゃが芋、オリーブ油、バター、絹白米、薄力粉 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、きょうろ、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 仲りおにぎり(しらす)</p>	<p>13 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、三温糖、豆乳 【黄】絹白米、おし麦、三温糖、砂糖、バター、えだまめ、アーモンド 【緑】ほうれんそう、りんご、かぼちゃ、はくさい、きゅうり、タンゼロ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 かぼちゃクッキー</p>
<p>15 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、豆乳、アヲチ、チーズ、クリーム牛乳、チーズ 【黄】絹白米、おし麦、砂糖、あわ、薄力粉 【緑】キャベツ、きょうろ、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、梅干し、塩、おろし、にんじん、とうもろこし</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 チーズカステラ</p>	<p>16 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 蛙のごま味噌焼き 白和え(ほうれん草・人参) いちご</p> <p><small>【赤】しらす、沖縄豆腐、卵、豆乳、きん粉 【黄】絹白米、おし麦、ごま油、ごま油、くず、砂糖、黒砂糖 【緑】しめじ、えのき、きょうろ、ほうれんそう、にんじん、いちご</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 黒糖くずもち</p>	<p>17 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】牛乳、キングクリップ、卵、豆腐、チーズ 【黄】絹白米、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、味噌、けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり いりこ</p>	<p>18</p> <div style="text-align: center;">  <p>お弁当 誕生会</p> </div> <p style="text-align: center;">EM醸造牛乳 誕生会ケーキ</p>		<p>19 もずく丼 なめこ汁 白菜サラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏、豆腐、EM牛乳、ヨーグルト 【黄】パン、じゃが芋、オリーブ油、バター、絹白米、薄力粉 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、なめこ、きょうろ、はくさい、りんご、きょうろ</small></p> <p style="text-align: center;">EM醸造牛乳 菜し芽</p>	<p>20 沖縄そば(肉入り) 小松菜としめじのおかか和え りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、かつお、豆乳、かつお 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、ごま油、くず、砂糖、黒砂糖 【緑】なめこ、昆布、にんじん、きょうろ、こまつな、しめじ、りんご、梅干し、けのり</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ツナマヨおにぎり</p>
<p>22 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー みかん</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、卵、卵、沖縄豆腐、まぐろ、生揚げ、豆乳、さば、缶詰 【黄】絹白米、おし麦、にんにく、しょうが、りんご 【緑】大根、しいたけ、にんじん、たまねぎ、温州みかん、きょう</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ソーメンチャー</p>	<p>23</p> <div style="text-align: center;">  <p>天皇誕生日</p> </div>		<p>24 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草、しいたけ) ハンバーグ 人参ソリソリ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】牛ひき肉、豚ひき肉、沖縄豆腐、しらす、豆乳 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、バター、しょうが、えのきの皮 【緑】ほうれんそう、しいたけ、たまねぎ、にんじん、きょうろ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 カレーポットのサモサ風</p>	<p>25 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) バナナ</p> <p><small>【赤】さば、竹輪、しょうが、しらす、煮干し 【黄】絹白米、三温糖、ごま、あわ 【緑】かぼちゃ、しめじ、きょうろ、梅干し、なばな、りんご、とうもろこし、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">ジャア(マカド) じゃこひきおにぎり いりこ</p>	<p>26 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</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳、まぐろ、缶詰、豆乳、煮干し 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、はちみつ 【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、コーン、タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 はちみつ たんかん</p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁(白菜、長ネギ、油揚げ) ジャンボオムレツ クーピーリチー プチトマト</p> <p><small>【赤】油揚げ、鶏、豚肉、海肉、かつお、豆乳 【黄】絹白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、ごま油、くず、三温糖 【緑】はくさい、根菜、ねぎ、ピーマン、昆布、しいたけ、にんじん、トマト</small></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