



2025年2月 献立表



淀さくら保育園

日 (曜日)	10日 (月)	25日 (火)	12・26日 (水)	13・27日 (木)	14・28日 (金)	1・15日 (土)	3・17日 (月)	4・18日 (火)	5・19日 (水)	6・20日 (木)	7・21日 (金)	8・22日 (土)
昼食	①牛丼 ②油揚げと白菜の みそ汁	①ごはん ②さけの塩焼き ③千切り煮 ④水菜のすまし汁	①ミートソース スパゲティ ②野菜スープ	①ごはん ②夫婦炊き ③かす汁	①ごはん ②鶏肉の生姜煮 ③粉ふきいも ④えのきとにんじんの みそ汁	①ごはん ②肉じゃが ③キャベツのみそ汁	①ごはん 3日②いわしフライ ③高野豆腐の含め煮 ④豆苗のすまし汁 17日②ほっけの塩焼き	①ごはん ②牛肉と野菜の みそ炒め ③中華スープ	①パン ②とうふハンバーグ ③ゆでブロックリー ④カレースープ	①ごはん ②さばの塩焼き ③ほうれんそうと にんじんのおかか和え ④かぶとしめじのみそ汁	①ごはん ②白雪ひじき ③小松菜とえのきの ごま酢和え	①肉うどん ②はくさいのナムル
	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児
	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	スパゲティ	30.0 45.0	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0	米	40.0 50.0
	牛肉	30.0 35.0	生さけ	40.0 50.0	合挽ミンチ	20.0 30.0	牛肉	25.0 30.0	牛肉	30.0 40.0	鶏肉	30.0 35.0
	ごぼう	12.0 18.0	食塩	0.1 0.2	たまねぎ	18.8 23.5	しょうが	0.2 0.3	じゃがいも	40.0 50.0	豆腐	60.0 80.0
	三度豆	4.8 6.8	にんじん	6.8 9.7	にんじん	12.0 18.0	たまねぎ	23.5 28.2	えりんぎ	4.0 5.0	たまねぎ	28.2 37.6
	糸こんにやく	12.0 18.0	にんにく	0.6 0.7	砂糖	3.0 9.4	じゃがいも	27.0 31.5	たまねぎ	20.0 30.0	ひじき	1.2 1.5
	たまねぎ	30.0 18.8	切干大根	5.0 7.0	油	2.0 3.0	みりん	1.5 2.0	ピーマン	6.0 8.0	油	1.5 2.0
	油	2.0 45.0	にんじん	5.0 5.5	ホールマト缶詰	20.0 30.0	薄口しょうゆ	4.0 6.0	にんにく	0.5 0.7	薄口しょうゆ	4.0 5.0
	砂糖	1.5 2.0	砂糖	3.0 3.5	赤ぶどう酒	3.0 4.0	だしかつお	1.0 1.5	にんじん	7.0 10.0	砂糖	2.5 3.0
夕食	濃口しょうゆ	2.0 3.0	みりん	1.5 2.0	ケチャップ	10.0 13.0	青のり粉	0.1 0.1	濃口しょうゆ	3.0 4.0	水	0 0
	薄口しょうゆ	2.0 3.0	薄口しょうゆ	1.5 2.0	スープの素	0.8 1.0	水	0.0 0.0	みそ	1.0 2.0	かぶ	27.3 36.4
	酒	1.0 1.5	だしかつお	1.0 1.5	パン粉	2.0 2.5	豚肉	10.0 15.0	赤みそ	1.0 2.0	しめじ	6.3 9.0
	水	0.0 0.0	水	0.0 0.0	水	0.0 0.0	えのき	7.5 9.8	たまねぎ	7.5 10.0	青ねぎ	1.9 2.8
	油揚げ	5.0 7.0	水菜	5.9 8.5	ちんげん菜	17.0 25.5	だいこん	18.0 22.5	パセリ	0.3 0.4	みそ	5.5 8.0
	白菜	5.0 7.0	とうふ	30.0 40.0	まいたけ	9.0 13.5	にんじん	9.7 14.6	スープの素	1.0 1.2	だしかつお	2.0 3.0
	にんじん	4.0 5.0	薄口しょうゆ	3.5 5.0	スープの素	0.8 1.0	青ねぎ	1.9 2.8	カレー粉	0.1 0.2	水	110 150
	みそ	5.5 8.0	薄口しょうゆ	0.8 1.0	薄口しょうゆ	0.8 1.0	油	0.5 0.6	薄口しょうゆ	0.8 1.0	酢	1.5 2.0
	だしかつお	2.0 3.0	だしこんぶ	0.8 1.0	酒かす	5.0 7.0	みそ	5.0 7.0	水	110 150	濃口しょうゆ	0.7 1.0
	水	110 150	だしかつお	1.0 1.5	水	110 150	だしかつお	2.0 3.0	ごま油	0.5 1.0	砂糖	1.0 2.0
デザート	①牛乳 ②チーズケーキ	①牛乳 ②クラッカーサンド	①牛乳 ②わかめおにぎり	①牛乳 ②黒糖饅頭	①牛乳 ②くだもの	①牛乳 ②ミニ抹茶ツイスト	①牛乳 3日②おに蒸しパン 17日②スティックシュガー	①牛乳 ②くだもの ③せんべい	①牛乳 ②あずき粥	①牛乳 ②おいもバター	①牛乳 ②いわしせんべい	①牛乳 ②しましまロール
	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児	材料	乳児 幼児
	牛乳	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120	牛乳	100 120
	クリームチーズ	15.0 15.0	クラッカー	15.0 15.0	米	30.0 35.0	小麦粉	20.0 20.0	米	20.0 30.0	いわしせんべい	15.0 15.0
	砂糖	5.0 5.0	いちごジャム	8.0 8.0	わかめ	0.2 0.3	ベーキングパウダー	1.0 1.0	ゆであずき	10.0 12.0	さつまいも	54.0 63.0
	レモン果汁	1.0 1.0			白ごま	0.2 0.3	さつまいも	9.9 9.9	水	100.0 120.0	バター	2.0 3.0
	卵	8.5 8.5			薄口しょうゆ	0.5 1.0	水	18.0 18.0			砂糖	4.0 5.0
	小麦粉	1.8 1.8					砂糖	5.0 5.0			黒ゴマ	0.2 0.3
	ヨーグルト(無糖)	15.0 15.0										
	※献立は都合により変更する場合がありますのでご了承ください											



暦の上では春ですが1年の中でも最も寒いのが2月です。まだまだ風が冷たいですが元気な声が園庭から聞こえてきます。子ども達の最近の話題は鬼や豆まきですね。「鬼が来たら新聞紙を丸めて作った豆でやっつけるねん」と色々な話をしてくれます。節分は季節の分かれ目という意味で「立春」の前日にあたります。今年は2月3日が立春なので2月2日が節分です。『1年間健康で過ごせますように』と願いを込めて悪いもの(邪気＝鬼)を追い出す日本の伝統行事です。保育園ではいわしフライやおに蒸しパンで邪気払いしたいと思います。

