

がつこんだてよていひょう  
2月献立予定表

2022.2 聖隷こども園ここのり豊田

ひづけ 曜日	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー	脂質g	エネルギー	脂質g
						たんぱく質g	塩分g	たんぱく質g	塩分g
1	か	火	のり塩チキンドック マカロニサラダ トマト コンスープ オレンジ 牛乳	お茶 バナナ	牛乳 あんまん	602 24.5	24.6 1.7	451 18.5	18.5 1.2
2	す	水	醤油ラーメン 中華サラダ パイン お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 ごはんピザ	570 22.4	14.1 2.1	494 20.4	13.3 1.8
3	も	木	赤おにライス さつま芋の甘煮 けんちん汁 キウイ お茶	お茶 チーズ	牛乳 みかん・お菓子	586 18.8	18.3 1.9	450 15.7	14.7 1.6
4	き	金	ごはん 魚の蒲焼き みそ汁(青菜・油あげ) りんご お茶	お茶 豆乳	牛乳 ごまラスク	570 24.2	16.9 2.1	491 21.5	16.3 1.8
5	ど	土	焼うどん すまし汁(豆腐・わかめ) フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	454 18.1	9.5 1.6	403 15.4	8.7 1.3
7	げ	月	ごはん 豚肉の甘みそ焼き すまし汁(白菜・わかめ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	の飲むラクトフェリン お菓子	513 17.3	13.3 1.2	425 15.8	13.1 1.2
8	か	火	ぶどうパン 魚のカレーパン粉焼き じゃが芋のスープ いちご	お茶 バナナ	豆乳 五平餅	570 23.3	18.4 1.7	456 17.9	14.3 1.2
9	す	水	けんちんうどん 大学芋 トマト バナナ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 南瓜もち	546 18.8	11.5 1.3	478 17.6	11.3 1.1
10	も	木	レストランごっこ カレー みかん いちご お茶	豆乳	牛乳 パジルラスク	562 14.2	16.4 1.9	489 13.9	16.6 1.6
11	き	金	けんこくきねんび 建国記念日						
12	ど	土	パン2種 ポトフ フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	507 17.8	10.2 1.4	471 15.9	9.8 1.1
14	げ	月	ごはん 魚の照り焼き みそ汁(豆腐・なめこ) バナナ	お茶 チーズ	の飲むラクトフェリン お菓子	606 24.5	16.6 1.5	495 21.1	15.4 1.4
15	か	火	食パン ハンバーグ やさいさんチャウダースープ りんご 牛乳	豆乳 クラッカー	お茶 おにぎり	584 25.4	19.2 1.2	553 23.1	21.3 1.2
16	す	水	手巻き寿司(玉子・ツナきゅうり・甘煮人参・かんぴょう・焼肉) やさいさん五目みそ汁 ネーブル お茶	豆乳 せんべい	牛乳 いちごホイップサンド	660 23.6	20.5 1.9	527 20.2	17.8 1.5
17	も	木	焼きそば やさいさんのお手サラダ チーズ キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 やさいさんのケーキサレ	575 20.8	26.0 2.2	485 18.2	21.7 1.7
18	き	金	ごきつねごはん れんこんの磯天ぷら ブロッコリー やさいさん汁 オレンジ お茶	お茶 バナナ	牛乳 プリン・クラッカー	579 19.5	17.8 1.7	485 16.5	14.9 1.3
19	ど	土	チキンカレー ゼリー フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	585 16.8	13.5 1.3	500 14.4	12.1 1.1
21	げ	月	ハヤシライス ひじきのツナ酢和え トマト いちご お茶	豆乳 ビスケット	の飲むラクトフェリン お菓子	607 17.5	18.9 1.5	568 17.7	19.8 1.3
22	か	火	豆乳パン 鶏肉の香草焼き 押し麦のスープ りんご	豆乳 バナナ	お茶 ごまおはぎ	575 22.6	20.4 1.6	511 19.8	18.6 1.2
23	す	水	てんのうたんじょうび 天皇誕生日						
24	も	木	大豆入りミートソースパスタ 南瓜サラダ ブロッコリー バナナ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 米粉のみそ蒸しパン	622 21.6	19.6 1.5	536 19.9	17.5 1.3
25	き	金	ごはん 鮭フライ みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 ジャムパン	642 25.7	15.7 1.5	468 20.9	14.0 1.3
26	ど	土	わくわくフェスタ						
28	げ	月	ゆかりごはん 焼き魚 すまし汁(青菜・えのき) オレンジ お茶	牛乳 クラッカー	の飲むラクトフェリン お菓子	551 22.7	16.5 1.2	532 21.7	19.5 1.2

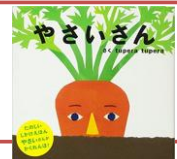
はかみかみメニューの印です。

☆今月の絵本献立のご紹介です☆

『やさいさん』(学研)

乳児から楽しめるしかけ絵本です。「すっぽん」のセリフと共にダイナミックな動きを楽しめます。

絵本に出てくる大根、じゃが芋、ごぼう、など8種類の食材を1週間通して様々なメニューにしました。なん個見つけられるかな？



今年も節分の季節になりました。3日に節分の行事として「豆まき」を予定しています。「鬼は外」「福は内」と大きな声で邪気を追い払えるといいですね。給食では子どもたちが元気に成長できるよう願いを込めて、毎年恒例の「赤おにライス」を作ります。「チキンライス」や「ひじきの煮物」などをベースにウインナーやさつま芋などを使用して可愛らしい鬼の顔を作ります。どんな様子で食べてくれるのか楽しみですよ！サンプルケースもぜひ見てください。

さて今月は、絵本献立にもある「やさいさんのチャウダースープ」をご紹介します。

材料(作りやすい分量)・・・じゃが芋、玉ねぎ、人参、かぶ、各小1個、油大さじ1、水300cc、コンクリーム小1缶、コンソメ小さじ1、塩少々、豆乳500cc

①食材は食べやすい大きさに切り油で炒めてから水を加えて野菜がやわらかくなるまで煮る。②やわらかになったらコン缶、豆乳を加え、コンソメ、塩で味を整える。

★圖では豆乳を使用していますが牛乳でも美味いんですよ。また、お好みで水溶き片栗粉を仕上げに加えるととろみが出て寒い冬の朝食にいたたく体がポカポカと温まります。