## 2月献立表

# 2月

#### 聖隷のあ保育園 2024年2月乳児食

土

曜

献

内

容

は

そ

ち

ら

認

が

出

立こ

ŧ

袁

か

で

確行



★今月の絵本献立★ 『やさいさん』(学研出版)

「やさいさん やさいさん だあれ」、や さいさんがかくれんぼをしています。 「すっぽーん にんじんさん」、次々に 色々なやさいさんが顔を出します。 絵本に出てくる食材を様々なメ ニューにしました。お楽しみに~♪

★印のついている献立について うさぎ/以降の献立…りす・ひよこ 成長に合わせて献立変更しています。

⊚は、かみかみメニューです。

		- エポッのドト	,因 202:十二/11/10/0 <b>及</b>
	1	2	3
	木	金	土
朝	お茶	お茶	
おやつ	クラッカー	ミニ野菜スティック	
	味噌ラーメン	赤鬼ライス	福
	ぶどう豆	◎ひじきと切干大根の煮物	
	中華サラダ	さつまいもの甘煮	
昼食	キウイ	◎たたき胡瓜	
	お茶	けんちん汁	
		もも缶 (節分)	
		お茶	<u></u>
おやつ	牛乳	牛乳	
2063	☆カステラ/おやつカステラ	節分お菓子	
エネルギー(kcal)	480	455	
蛋白質(g)	20.7	14.5	
脂質(g)	15.5	13.7	
食塩相当量(g)	1.4	1.2	

	5	6	7	8	9	
	月	火	水	木	金	
	お茶 おこめせん	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	
昼食			ぶりの香味焼き ◎三色きんぴら すまし汁(玉葱・麩)	チーズ 中華スープ(青菜・わかめ) キウイ お茶	ご飯 豚肉の甘酒しょうが焼き キャベツのドレッシング和え みそ汁(白菜・油揚げ) もも缶 お茶	
おやつ	牛乳 チーズホットケーキ	お茶 ゆうやけおにぎり	豆乳 ヨーグルト・サブレ	牛乳 ☆クリームパン/きなこパン	牛乳 じゃがバター	
エネルギー(kcal)	472	507	512	499	455	
蛋白質(g)	19.4	18.8	20.0	18.3	18.8	
脂質(g)	16.2	19.7	19.5	20.9	16.9	
食塩相当量(g)	1.1	1.1	1.1	1.5	1.4	

	12	13	14	15	16	
	月	火	水	木	金	
朝			お茶	お茶	お茶	
おやつ			クラッカー		クッキー	
昼食		ご飯 鶏ささみのバジル揚げ マカロニサラダ みそ汁(麩・白菜) バナナ お茶	スパゲティミートソース ジャーマンポテト キャロットサラダ りんご お茶	魚のコーンマ∃焼き ◎切干大根サラダ 野菜スープ	こぎつねご飯 ちくわの磯部揚げ 菜の花のお浸し みそ汁(大根・玉葱) キウイ お茶	
おやつ	*振替休日*	牛乳 ホットケーキ		お茶 おにぎり(塩昆布)	牛乳 ☆メロンパン/ジャムサンド	
エネルギー(kcal)	* * * *	513	531	391	513	
蛋白質(g)		22.6	19.0	16.6	19.1	
脂質(g)		12.8	20.6	9.6	15.7	
食塩相当量(g)		1.1	1.5	1.4	1.7	

A 1 7 (6)		22.0	10.0	1010	1011	
脂質(g)		12.8	20.6	9.6	15.7	来
食塩相当量(g)		1.1	1.5	1.4	1.7	
						<u></u> ま
	19	20	21	22	23	_
	月	火	水	木	金	す
朝 おやつ	お茶 塩せんべい		お茶 ビスケット	お茶ミニ野菜スティック		•
昼食	ご飯 白身魚の竜田揚げ やさいさん納豆和え みそ汁(さつま芋・玉葱)	バターパン 鶏肉のチーズパン粉焼き 卵サラダ やさいさんチャウダースープ オレンジ	ゆかりご飯 さばの塩焼き やさいさん筑前煮 みそ汁(玉葱・キャベツ)	やさいさんうどん金時煮豆白菜の昆布和えりんごお茶	4皇誕 40	
おやつ			牛乳 バナナクレープ	牛乳 お好み焼き	, quant	
エネルギー(kcal)		512	470	416		
蛋白質(g)	16.8	21.9	17.8	20.5		
脂質(g)	11.4	22.1	17.3	9.7		
食塩相当量(g)	1.0	1.5	1.5	1.5		

	26	27	28	29
	月	火	水	木
		お茶	お茶	お茶
おやつ		紫いもチップ	クラッカー	おこめせん
	ご飯	ロールパン	肉うどん	ハヤシライス
	魚のさんが風味レモンソース	洋風卵焼き	大学芋	⊚ごぼうサラダ
	ちはなちゃんサラダ	スパゲティサラダ	白菜とツナマヨおかか和え	チーズ
昼食	みそ汁(キャベツ・玉葱)	押し麦入りスープ	りんご	もも缶
	オレンジ 🔞 🚰	キウイ	お茶	お茶
	お茶	牛乳		
おやつ	牛乳	お茶	牛乳	豆乳
867	たまごせんべい・かりんとう	ゆかりおにぎり	マカロニきな粉	ヨーグルト・クッキー
エネルギー(kcal)	430	446	468	496
蛋白質(g)	16.4	17.0	17.1	20.1
脂質(g)	12.4	17.8	14.3	17.8
食塩相当量(g)	1.0	1.6	1.1	1.3

### ★お料理で全国制覇

今月は千葉の郷土料理をアレンジしたメニューをご紹介します。房総半島の海ではアジ、イワシなどの魚がたくさんとれます。その魚を細かくたたいて、みそと香味野菜を混ぜて焼いた料理を「さんが焼き」といいます。子どもたちが食べやすいように少しアレンジして提供します。また、千葉県のマスコットキャラクターの「ちはなちゃん」をイメージしたサラダを付け合わせにしました。





# 2月献立表

### 表

#### 聖隷のあ保育園 2024年2月離乳食



★今月の絵本献立★ 『やさいさん』(学研出版)



「やさいさん やさいさん だあれ」、やさいさんがかくれんぽをしています。 「すっぽーん にんじんさん」、次々に色々なやさいさんが顔を出します。 絵本に出てくる食材を様々なメニューにしました。お楽しみに~♪

		<b>三加水(0)</b> [[1]	
	1	2	3
	木	金	土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	eles eles
昼食	みそにゅうめん 豆腐の煮物 スティック煮 バナナ お茶	赤鬼粥 さつまいもの甘煮 スティック胡瓜 けんちん汁 りんご お茶	
おやつ	お茶 蒸しパン	お茶 節分お菓子	
エネルギー(kcal)	324	213	
蛋白質(g)	11.6	6.8	
脂質(g)	5.4	3.4	
食塩相当量(g)	1.1	0.4	

	5	6	7	8	9	
	月	火	水	木	金	
朝	お茶	お茶			お茶	
おやつ	おこめせん	クッキー			クラッカー	
	お粥	食パン	お粥	野菜うどん	お粥	
	鶏肉トマト煮	たらの洋風煮	カレイのしょうが煮	南瓜茶巾	肉団子煮	
	キャベツ煮浸し	じゃがいもの煮物	白菜そぼろ煮	豆腐のくず煮	キャベツの煮浸し	
昼食	かきたま汁(青菜)	豆乳スープ	すまし汁(玉葱・麩)	中華スープ(青菜・わかめ)	みそ汁(白菜・油揚げ)	
	りんご	バナナ	バナナ	バナナ	りんご	
	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	
おやつ	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	
867	チーズホットケーキ	ゆうやけ粥	ヨーグルト・クッキー	きな粉パン	ふかしじゃが芋	
エネルギー(kcal)	267	225	268	311	232	
蛋白質(g)	12.1	9.5	10.5	15.0	10.3	
脂質(g)	5.7	4.8	10.0	5.9	5.6	
食塩相当量(g)	0.8	1.2	0.7	1.5	0.8	

	12	13	14	15	16	
	月	火	水	木	金	
朝			お茶	お茶	お茶	
おやつ				ミニ野菜スティック	クッキー	
	建国記念	お粥	スパゲティミートソース(離乳)	食パン	そぼろ粥	
		鶏のトマト煮	粉ふき芋	カレイの洋風煮	煮豆腐	
	<b>6 9</b> ■	マカロニ野菜煮	キャロットサラダ	大根煮	ほうれん草の煮浸し	
昼食		みそ汁(麩・白菜)	りんご	やさいスープ	みそ汁(大根・玉葱)	
	3	バナナ	お茶	バナナ	バナナ	
	* X * .	お茶		お茶	お茶	
おやつ	· 11: 35/2 = .	お茶	お茶	お茶	お茶	
847		ホットケーキ	さつま芋蒸しパン	おかか粥	ジャムサンド	
エネルギー(kcal)	* * * *	265	306	215	279	
蛋白質(g)		10.8	11.5	7.4	10.6	
脂質(g)		4.2	4.3	6.3	5.5	
食塩相当量(g)		0.9	1.0	1.0	1.2	

	19	20	21	22	
	月	火	水	木	
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 クラッカー		お茶 ミニ野菜スティック	
昼食	お粥 タラの煮付け やさいさん納豆和え みそ汁(さつま芋・玉葱) バナナ お茶	食パン つくね焼き ツナとやさいの煮浸し やさいさんチャウダースープ りんご お茶	ゆかり粥 蒸しカレイ	やさいさんうどん 豆腐のあんかけ煮 白菜の煮浸し りんご お茶	4
おやつ	お茶 ゼリー・ウエハース	お茶 おかか粥		お茶 お好み焼き風	
エネルギー(kcal)	291	245	260	295	
蛋白質(g)	10.8	11.6	8.8	13.5	
脂質(g)	5.0	6.8	6.7	6.3	
食塩相当量(g)	0.9	1.1	1.1	1.1	

及温川山王(8)	5.	-	1.1	1.1
	26	27	28	29
	月	火	水	木
	お茶	お茶	お茶	お茶
おやつ	ミニ野菜スティック	紫いもチップ	クラッカー	おこめせん
	お粥	食パン	肉うどん(離乳)	お粥
	蒸しカレイ	野菜入り肉団子	蒸しさつま芋	トマト煮
	人参サラダ	スパゲティサラダ	白菜とツナのおかか煮	ステック野菜
昼食	みそ汁(キャベツ・玉葱)	押し麦入りスープ	りんご	りんご
	バナナ	バナナ	お茶	お茶
	お茶	お茶		
おやつ	お茶	お茶	お茶	お茶
679.7	たまごせんべい・紫いもチップ	ゆかり粥	マカロニきな粉	ヨーグルト・クッキー
エネルギー(kcal)	237	209	281	228
蛋白質(g)	6.7	8.9	10.5	10.2
脂質(g)	7.5	3.6	4.7	5.8
食塩相当量(g)	0.8	0.8	1.0	0.3



23

### ★お料理で全国制覇

今月は千葉の郷土料理をアレンジしたメニューをご紹介します。房総半島の海ではアジ、イワシなどの魚がたくさんとれます。その魚を細かくたたいて、みそと香味野菜を混ぜて焼いた料理を「さんが焼き」といいます。子どもたちが食べやすいように少しアレンジして提供します。また、千葉県のマスコットキャラクターの「ちはなちゃん」をイメージしたサラダを付け合わせにしました。





土 曜 保 献 立 の ŧ 内 袁 容 は、 ひ か そちらで確認 こで行 が 出来ます。 ま