

平成20年2月		こんだてひょう		日野市立保育園		
日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼食	おやつ	主な食品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
1 (金)		〈節分献立〉 やこめ さんまの照り焼き かぼちゃの甘煮 土佐和え すまし汁 乳酸菌飲料	さつまいも 蒸しパン	牛乳、大豆、さんま かつお節、豆腐、卵、 乳酸菌飲料	米、油、さとう、 小麦粉、さつまいも、 バター	にんじん、しいたけ、 絹さや、しょうが、 かぼちゃ、青菜、 もやし、万能ねぎ
2 (土)		ほうとう りんごのコンポート 牛乳	菓子 チーズ	牛乳、豚肉、みそ、 チーズ	うどん、さとう	にんじん、たまねぎ、 ねぎ、しいたけ、 かぼちゃ、青菜、りんご、 干しひょうどう
4 (月)		ごはん のりの佃煮 生揚げと大根のみそ煮 青菜のすまし汁	黒糖ケーキ	牛乳、のり、生揚げ、 豚肉、卵、みそ スキムミルク	米、さとう、ごま油、 こんにやく、片栗粉、 小麦粉、黒さとう、 バター	にんじん、だいこん、 しいたけ、絹さや、 青菜、たまねぎ、 えのきたけ
5 (火)		マーガリンコップ 鯖のみそマヨネーズ焼き マカロニソテー トマトスープ	ビビンバ	牛乳、鯖、みそ、豚肉、 卵	パン、マーガリン、油、 マヨネーズ、マカロニ、 さとう、ごま油、 じゃがいも	たまねぎ、にんじん、 ピーマン、コーン、 トマト、もやし、青菜
6 (水)		かきあげ丼 甘酢キャベツ 大根のみそ汁 りんごジュース	菓子 果物	牛乳、桜えび、卵、 みそ	米、小麦粉、油、 さとう	たまねぎ、コーン、果物 にんじん、しゅんぎく、 キャベツ、きゅうり、 万能ねぎ、大根
7 (木)		苺ジャムコップ キャベツスープ おから入りミートローフ にんじングラッセ 茹でブロッコリー	ソース焼きそば	牛乳、豚肉、おから、 卵、豆腐	パン、油、パン粉、 さとう、バター、 中華種	たまねぎ、コーン、 グリーンピース、 にんじん、ブロッコリー、 キャベツ、もやし
8 (金)		りんご ジュース	胚芽ごはん チンジャオロースー 粉ふき芋 春雨スープ	牛乳、豚肉、卵	米、さとう、油、 片栗粉、じゃがいも、 香辛、小麦粉、バター	ピーマン、にんじん、 たまねぎ、だいのこ、 しいたけ、チンゲン菜、 果物缶
9 (土)		ツナスパゲティ ミルクスープ オレンジゼリー	黒砂糖パン	牛乳、ツナ	スパゲッティ、油、 じゃがいも、パン	たまねぎ、にんじん、 えのきたけ、ピーマン、 コーン、クリームコーン
12 (火)		みかん ジュース	カレーライス フレンチサラダ 青森りんごヨーグルト 白菜スープ	牛乳、豚肉、 ヨーグルト、卵、 スキムミルク	米、じゃがいも、油、 小麦粉、パン、さとう、 バター	たまねぎ、にんじん、絹さや はくさい、グリーンピース、 キャベツ、きゅうり、 えのきたけ、干しひょうどう
13 (水)		麦ごはん 揚げ魚のみそだれかけ のり和え煮 麩のすまし汁	果物 菓子	牛乳、めかじき、みそ、 のり、わかめ	米、麦、小麦粉、油、 片栗粉、さとう、ごま、 麩	ねぎ、しょうが、青菜、 もやし、果物
14 (木)		パン2種 金時豆と豚挽肉の煮込み ポイル野菜 かぶのスープ	パンタイン クッキー	牛乳、金時豆、豚肉	パン、マーガリン、 ジャム、油、小麦粉、 じゃがいも、バター、 さとう	たまねぎ、マッシュルーム 切り、にんじん、かぶ、 かぶの葉、絹さや
15 (金)		麦茶 菓子	田舎すし 鶏肉の胡麻照り焼き チンゲン菜のソテー わかめのみそ汁	牛乳、しらす干し、卵、 鶏肉、わかめ、みそ、 豚肉	米、さとう、油、ごま 小麦粉、中華種、 ごま油	にんじん、ごぼう、 チンゲン菜、だいこん、 ねぎ、もやし
16 (土)		トマトライス コーンスープ のむヨーグルト	菓子	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト	米、バター、油、 じゃがいも	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、トマト、 コーン、クリームコーン
18 (月)		ごはん シーホートーフ チンゲン菜のスープ	はちみつ きなこトースト	牛乳、豆腐、豚肉、 きなこ	米、ごま油、さとう、 片栗粉、パン、 はちみつ、マーガリン、	しょうが、たけのこ、にんじん、 しいたけ、トマト、ねぎ グリーンピース、たまねぎ、 チンゲン菜
19 (火)		ごはん ふきのとうみそ 鯖の香り焼き あげとかぶの煮物 白菜のみそ汁	いももち	牛乳、みそ、鯖、 油揚げ、 スキムミルク	米、油、さとう、 じゃがいも、バター、 麩	ふきのとう、しその葉、 にんじん、かぶ、 かぶの葉、はくさい、 せり

のマークは牛乳です。 行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

1日の平均栄養摂取量 エネルギー627 kcal たんぱく質23 g 脂肪17.9 g 塩分2.7 g

平成20年2月		こんだてひょう		日野市立保育園		
日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼食	おやつ	主な食品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
20 (水)		焼き豚チャーハン 豆腐チャンプルー もやしのスープ	果物 菓子	牛乳、焼き豚、豆腐、 卵、かつお節	米、油、片栗粉、油、	にんじん、しいたけ、 ねぎ、グリーンピース、 コーン、たまねぎ、果物、 もやし、万能ねぎ、ピーマン
21 (木)		豆乳子 ダイスチーズパン 大根のサラダ フイヤベース フルーツミックスゼリー	みそおやき	牛乳、チーズ、 めかじき、いか、 エビ、みそ	パン、じゃがいも、バター、 油、小麦粉、 米、ごま、さとう	だいこん、きゅうり、 コーン、たまねぎ、 にんじん、セロリ、 トマト
22 (金)		ごはん 五目たまご焼き はりはり漬け えのきのみそ汁	わかめうどん	牛乳、卵、豆腐、 ひじき、みそ、 わかめ、油揚げ	米、油、さとう、 うどん	にんじん、たまねぎ、 だいのこ、しいたけ、 切干だいこん、きゅうり、 えのきたけ、ねぎ、青菜
23 (土)		焼きそば野菜あんかけ 中華スープ 果物	菓子 チーズ	牛乳、豚肉、チーズ、 うずらの卵	中華種、油、片栗粉、 ごま油、じゃがいも	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、もやし、 にら、チンゲン菜、果物
25 (月)		三色まぜごはん 根菜の煮物 きのこのみそ汁	かぼちゃのケーキ	牛乳、鶏肉、卵、 凍り豆腐、油揚げ、 みそ	米、さとう、油、 小麦粉、バター、 じゃがいも	にんじん、グリーンピース、 だいのこ、だいこん、 ごぼう、絹さや、えのきたけ、 エリンギ、なま、かぼちゃ
26 (火)		スパゲッティカレーソース はくさいのごま酢サラダ コーンスープ	和風そうすい	牛乳、豚肉、 しらす干し、みそ	スパゲッティ、油、 小麦粉、さとう、 じゃがいも、ごま	たまねぎ、にんじん、青菜 ピーマン、エリンギ、 コーン、はくさい、 きゅうり、だいこん、 えのきたけ、しいたけ、
27 (水)		ごはん わかさぎの南蛮漬け おかかあえ 青のりポテト いんげんのみそ汁	果物 菓子	牛乳、わかさぎ、 青のり、豆腐、みそ、 かつお節	米、小麦粉、片栗粉、油、 さとう、じゃがいも	もやし、キャベツ、 にんじん、絹さや、 えのきたけ、果物、ねぎ
28 (木)		麦茶 菓子	マーガリンフランスパン キャベツサラダ 白いんげん豆のシチュー 果物	牛乳、鶏肉、みそ いんげん豆、 スキムミルク	パン、マーガリン、油 じゃがいも、バター、小麦粉、 ごま、上新粉、白玉粉、片栗粉	キャベツ、きゅうり、 きょうな、にんじん、 たまねぎ、果物
29 (金)		ゆかりごはん 里芋の煮物 肉団子スープ	りんごチーズの 蒸しパン	牛乳、豚肉、豆腐、 チーズ、卵	米、里芋、さとう、パン粉、 片栗粉、ごま油、香辛、 小麦粉、バター	ねぎ、しいたけ、 しょうが、はくさい、 にんじん、チンゲン菜、 ねぎ、果物缶

行事食 節分献立 (2/1)

おひる やこめ
さんまの照り焼き
かぼちゃの甘煮
土佐和え
すまし汁
乳酸菌飲料

おやつ 牛乳
さつまいも蒸しパン

食育の日 (2/19) 献立

おひる ごはん
ふきのとうみそ
鯖の香り焼き
あげとかぶの煮物
白菜のみそ汁

おやつ 牛乳
いももち

のマークは牛乳です。 行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。