

2月行事・献立予定

令和7年度 こどもパル

日 曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	朝のおやつ	3時のおやつ
2 月	身体測定	御飯 野菜ラーメン ほうれん草の中華サラダ チーズ みかん	米 中華めん 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 卵 チーズ みかん	牛乳 米菓子	豆乳 マシュマロサンド
3 火	節分	御飯 鬼っ子ハンバーグ ポイルブロッコリー 花魁のすまし汁 みかん	米 豚肉 牛肉 玉ねぎ 牛乳 卵 竹輪 コーンスナック 中華麺 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 麩 ねぎ みかん	りんごジュース	恵方巻き
4 水		御飯 魚のから揚げ 白菜ときこのおひたし 鶏肉と大根のスープ りんご	米 おひょう 白菜 人参 しめじ かつお節 鶏肉 大根 ねぎ 生姜 りんご	牛乳 パナナ	牛乳 野菜かりんとう
5 木	絵本貸し出し	御飯 おからのチキンナゲット 白菜サラダ えのき中華スープ パイン	米 おから 鶏肉 玉ねぎ ミルク 白菜 ハム りんご レモン えのき茸 人参 ねぎ わかめ パイン	牛乳 小魚	牛乳 りんごのケーキ
6 金		御飯 豚肉と春雨の中華炒め わかめとツナの梅和え にらと卵の味噌汁 オレンジ	米 豚肉 春雨 ほうれん草 人参 ねぎ ビーマン しいたけ 生姜 わかめ ツナ 梅 玉ねぎ きゅうり 卵 にら 玉ねぎ えのき オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 メロンパン
7 土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブシ
9 月	絵本返却日	御飯 和風パスタ ブロッコリーのドレッシング和え ほうれん草のすまし汁 グレープフルーツ	米 スパゲティ ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー ハム パプリカ ごま ほうれん草 豆腐 人参 グレープフルーツ	牛乳 ビスケット	豆乳 人参蒸しパン
10 火	内科健診 生活安全指導	御飯 クリームシチュー コロッケ 白菜サラダ オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ミルク バター 豚肉 鶏肉 白菜 ツナ 人参 きゅうり オレンジ	牛乳 せんべい	プリン
12 木	布団持ち帰り	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き わかめと春雨の和え物 ほうれん草のすまし汁 パナナ	米 鮭 キャベツ 人参 しめじ わかめ 春雨 かまぼこ もやし ごま ほうれん草 豆腐 えのき茸 パナナ	牛乳 米菓子	牛乳 サラダパン
13 金	参加日	御飯 鯖のアングレース 春雨の酢の物 すまし汁 りんご	米 鯖 生姜 パセリ 春雨 人参 きゅうり キャベツ みかん缶 ごま 麩 ほうれん草 玉ねぎ りんご	牛乳 ビスケット	牛乳 ジャムサンド
14 土				牛乳 クッキー	りんごジュース かりんとう
16 月		御飯 焼きそば コロコロサラダ わかめのすまし汁 みかん	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ビーマン 青のり ブロッコリー コーン 人参 きゅうり ハム わかめ 人参 玉ねぎ みかん	牛乳 ポーロ	牛乳 ロッククッキー
17 火		御飯 赤魚の味噌チーズ焼き 白菜の塩昆布和え 豆腐の味噌汁 パナナ	米 赤魚 チーズ 白菜 きゅうり 人参 昆布 豆腐 玉ねぎ ねぎ パナナ	豆乳 ロールパン	牛乳 米菓子
18 水	誕生会 避難訓練	おめでとうランチ	米 鶏肉 人参 ごぼう しいたけ 竹輪 鶏肉 レタス スパゲティ きゅうり ツナ チーズ 人参 ブロッコリー 人参 パイン	飲むヨーグルト	牛乳 ロールケーキ
19 木	食育の日 絵本貸し出し	御飯 ★ととまる揚げ 白菜ときゅうりの即席漬け えのきと豆腐の味噌汁 みかん	米 魚すり身 玉ねぎ 人参 昆布 白菜 きゅうり 人参 えのき 豆腐 人参 ねぎ みかん	牛乳 ビスケット	牛乳 ★バリバリせんべい
20 金		御飯 チキン南蛮 ブロッコリーのサラダ ほうれん草の中華スープ パナナ	米 鶏肉 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー レタス きゅうり 人参 ほうれん草 玉ねぎ 人参 パナナ	ヨーグルト	牛乳 ホットケーキ
21 土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブシ
24 火	絵本返却日	御飯 カレーうどん 大根のバリバリサラダ チーズ りんご	米 うどん 玉ねぎ 豚肉 しいたけ かまぼこ 人参 ねぎ 大根 人参 きゅうり ツナ ポテトフライ チーズ りんご	牛乳 ソフトビスケット	牛乳 大学芋
25 水		御飯 コロッケ キャベツとツナのサラダ 大根の味噌汁 パナナ	米 じゃが芋 豚肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 大根 しめじ 油揚げ ねぎ パナナ	牛乳 りんご	牛乳 せんべい
26 木		御飯 揚げ餃子 たくあんサラダ 豆腐の中華スープ オレンジ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 沢庵 きゅうり 人参 大根 春雨 ごま 玉ねぎ 人参 ベーコン 小松菜 豆腐 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 じゃが餅
27 金	布団持ち帰り	ビーフカレーライス 大根サラダ 福神漬け パナナ	米 牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 大根 きゅうり 人参 ツナ キャベツ 福神漬け パナナ	牛乳 クラッカー	フルーツヨーグルト
28 土				牛乳 米菓子	りんごジュース せんべい

おめでとうランチ・・・大山おこわ チキンカツ 添え菜 スパゲティ・サラダ ポイル野菜 スープ パイン

食育の日のサンプル展示は歳児です。主食(御飯)の量は70gです。

今月の果物は、みかん、りんご、パナナ、伊予柑、オレンジ、パイン、グレープフルーツ、を予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。

★印は新メニューです。