

2月のメニュー

2023年

認定こども園 ひろせ保育園

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|----|--|--|--|---|---|---|---|
| 昼食 | 2月のフッキングはみそづくりです。 月組、虹組さんが作ります。 煮大豆、塩、米こうじの3つの材料で作ります。ゆでた大豆を袋の中でつぶいて、塩とこうじをよく混ぜるだけ。 みそ玉を作って、たろの中に投げ入れます。昨年作ったみそは、給食で使っています。 | | 1. バーベキューチキン 高野豆腐の五目煮 こまつな 大根とワカメの みそ汁 オレンジ | 2. 八宝菜 かぼちゃの土佐煮 ほうれんそう きのこのみそ汁 バナナ | 3. 太巻きずし イワシのつみれ煮 ほうれんそうの 納豆あえ かみなり汁 りんご | 4. カレーライス ブロッコリーの しらすあえ 食べるいりこ | |
| | おやつ | | ピザトースト 牛乳 | 黒ごまマフィン 牛乳 | 鬼ホットケーキ 牛乳 | フルーツ スイーツ 牛乳 | |
| 昼食 | 6. 鶏肉のチリソース 刻み昆布と コーンの酢の物 こまつな 豆腐とあげの みそ汁 | 7. さばのみそ焼き ほうれんそうの 彩おかかあえ ひとくちかぼちゃ あさりのすまし汁 オレンジ | 8. チャプチェ さつまいもの レモン煮 ブロッコリー ワカメスープ りんご | 9. 天然酵母パン ミートローフ コールスローサラダ ブロッコリー クリームシチュー バナナ | 10. 雑穀ご飯 鮭のピザ焼き こまつなの ドレッシングあえ 粉ふき芋 白菜のスープ キウイフルーツ | 11. 建国記念の日  | |
| | おやつ | フルーツゼリー お茶 | 豆乳黒糖蒸しパン 牛乳 | おふラスク 牛乳 | みそ焼きおにぎり お茶 | キャロットケーキ 牛乳 | |
| 昼食 | 13. チキングラタン ひじきとツナの マリネ ブロッコリー キャベツのスープ ぼんかん | 14. あじの香味焼き れんこんと ごぼうのきんぴら ほうれんそう 豆乳みそ汁 りんご | 15. 野菜たっぷり しょうが焼き 里芋の黒ごま煮 ブロッコリー 白菜とワカメの みそ汁 キウイフルーツ | 16. レバーミート スパゲッティ キャベツのサラダ ブロッコリー 五目スープ オレンジ | 17. 麦ごはん フィレンツェ揚げ 春雨とワカメの 酢の物 こまつな 豆腐となめこの みそ汁 | 18. ハヤシライス 白菜と人参の 塩昆布あえ 食べるいりこ | |
| | おやつ | お好み焼き 牛乳 | ココアボール 牛乳 | チーズマフィン 牛乳 | マカロニきなこ 牛乳 | フルーツヨーグルト 牛乳 | フルーツ スイーツ 牛乳 |
| 昼食 | 20. タンドリーチキン キャベツのナムル ブロッコリー 切干大根と ワカメのみそ汁 | 21. 鮭の変わり西京焼き ひじきの煮物 ほうれんそう もやしとあげの みそ汁 キウイフルーツ | 22. お楽しみ バイキング  | 23. 天皇誕生日  | 24. 発芽玄米ご飯 さばの生姜煮 五目白あえ ほうれんそう 野菜たっぷりみそ汁 でこぼん | 25. 鶏野菜丼 白菜の中華サラダ 食べるいりこ | |
| | おやつ | りんごのガレット 牛乳 | 豆乳プリン お茶 | お誕生日 スペシャル | ジャーマンポテト お茶 | バナナ スイーツ 牛乳 | |
| 昼食 | 27. 鶏肉の アップルソース マカロニポテト サラダ ブロッコリー じゃこじゃこ汁 キウイフルーツ | 28. あじの カレームニエル ほうれんそうの 磯あえ ひとくちかぼちゃ 豆腐とあげのみそ汁 いよかん | 2月3日は節分です。 保育園では、煎り大豆のかわりに新聞紙で作ったまめを準備します(誤食を防止するため)。 2023年の恵方は南南東だとか。恵方巻は切らずに食べますが、園ではめどに詰まると大変危ないので、花組さん、ばら寿し、とり組さんからは切った巻ずしを提供します。 福がにくさんや、てますように。 | | | |    |
| | おやつ | フレックスナック 牛乳 | 豆乳フレンチ トースト 牛乳 | | | | |

2月の離乳食メニュー(2/1~2/18)

2023年

ひろせ保育園

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------------|-----|--|---|--|---|--|--|
| 5 ~ 8 ヶ月頃 | 補食 | 2月の旬の食材 | | 1. フルーツ | 2. フルーツ | 3. フルーツ | 4. フルーツ |
| | 昼食 | だいこん、しゅんぎく、かぶ、 ブロッコリー、こまつな、ワカメ、 たら、しらうお、いちご、りんご | | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、こまつな、 ささ身 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 キャベツ、 しらす だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 白菜、ほうれんそう、 豆腐 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー しらす だし(昆布) |
| | おやつ | みかん など | | 食パン ミルク | 蒸しパン ミルク | ホットケーキ ミルク | バナナ ミルク |
| 9 ~ 11 ヶ月頃 | 補食 | ※冬は野菜の甘みが増し、 栄養が満点です。だして煮る だけでおいしい離乳食に なります。 魚介も脂がのっておいしい季節 です。 | | 1. フルーツ | 2. フルーツ | 3. フルーツ | 4. フルーツ |
| | 昼食 | | | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 大根、こまつな、 バーベキューチキン 高野豆腐の五目煮 大根とワカメのみそ汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 キャベツ、 八宝菜 かぼちゃの土佐煮 きのこのみそ汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 白菜、ほうれんそう、 豆腐 ほうれんそうの 納豆あえ かみなり汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー しらす ひき肉のカレー 食べるいりこ |
| | おやつ | | | 食パン ミルク | 蒸しパン ミルク | ホットケーキ ミルク | バナナ ミルク |
| 5 ~ 8 ヶ月頃 | 補食 | 6. フルーツ | 7. フルーツ | 8. フルーツ | 9. フルーツ | 10. フルーツ | 11. 建国記念の日  |
| | 昼食 | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、 きゅうり、 豆腐、 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 ほうれんそう、 白身魚 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 さつまいも、 ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー しらす だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、 じゃがいも、 白身魚 だし(昆布) | |
| | おやつ | ゼリー ミルク | 蒸しパン ミルク | おかゆ ミルク | おかゆ ミルク | 人参蒸しパン ミルク | |
| 9 ~ 11 ヶ月頃 | 補食 | 6. フルーツ | 7. フルーツ | 8. フルーツ | 9. フルーツ | 10. フルーツ | 11. 建国記念の日  |
| | 昼食 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 こまつな、 鶏肉のチリソース 刻み昆布の酢の物 豆腐とあげのみそ汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 ほうれんそう、 白身魚 ほうれんそうあえ あさりのすまし汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、 ブロッコリー、 チャプチェ さつまいものレモン煮 ワカメスープ | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 ミートローフ コールスローサラダ クリームシチュー | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、 じゃがいも、 白身魚 こまつなあえ 白菜のスープ | |
| | おやつ | ゼリー ミルク | 蒸しパン ミルク | おかゆ ミルク | おかゆ ミルク | 人参蒸しパン ミルク | |
| 5 ~ 8 ヶ月頃 | 補食 | 13. フルーツ | 14. フルーツ | 15. フルーツ | 16. フルーツ | 17. フルーツ | 18. フルーツ |
| | 昼食 | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー ささ身、 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、ほんれんそう 白身魚 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 玉ねぎ、 ブロッコリー、 キャベツ、 しらす だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、きゅうり、 豆腐 だし(昆布) | 全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、白菜 しらす だし(昆布) |
| | おやつ | キャベツがゆ ミルク | ふかしもち ミルク | ホットケーキ ミルク | おかゆ ミルク | フルーツ盛り合わせ ミルク | バナナ ミルク |
| 9 ~ 11 ヶ月頃 | 補食 | 13. フルーツ | 14. フルーツ | 15. フルーツ | 16. フルーツ | 17. フルーツ | 18. フルーツ |
| | 昼食 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 マカロニグラタン ひじきのマリネ キャベツのスープ | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 大根、ほんれんそう 白身魚 れんこんのきんぴら 豆乳みそ汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 豚しょうが焼き さといもの黒ごま煮 白菜とワカメのみそ汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 玉ねぎ、 ブロッコリー、 キャベツ、 レバーミート キャベツのサラダ 五目スープ | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、きゅうり、 豆腐 春雨とワカメの酢の物 豆腐となめこのみそ汁 | 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、白菜 ハヤシライス 白菜と人参の塩昆布あ 食べるいりこ |
| | おやつ | お好み焼き ミルク | ふかしもち ミルク | ホットケーキ ミルク | マカロニみたらし ミルク | バナナヨーグルト ミルク | バナナ ミルク |

