

## 2月行事・献立予定

令和5年度

溝口保育所

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）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1 木	身体測定（以）	キッズ麻婆 かぼちゃの甘煮 白菜と小松菜の即席漬け 玉ねぎの味噌汁 グレープフルーツ	豆腐 豚肉 納豆 人参 玉ねぎ ねぎ 生姜 かぼちゃ 白菜 小松菜 人参 昆布 玉ねぎ 人参 わかめ グレープフルーツ	牛乳 みかん	牛乳 マカロニあべかわ
2 金	豆まき 二部小入学説明会（そら）	恵方巻 鬼っ子ハンバーグ ポイルブロッコリー 花麩のすまし汁 みかん	豚肉 牛肉 玉ねぎ 豆乳 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	牛乳 ポーロ	牛乳 サブレ
3 土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
5 月	身体測定（未） 生活安全の日	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 オレンジ	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 オレンジ	牛乳 米菓子	豆乳 人参蒸しパン
6 火	交通安全の日	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 バナナ	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 バナナ	牛乳 スティックパン	牛乳 ソーセージドック
7 水		鯖の塩焼き 甘煮豆 ブロッコリーサラダ 豆腐の味噌汁 りんご	鯖 金時豆 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン 豆腐 玉ねぎ ねぎ わかめ りんご	牛乳 コーンフレーク	ヨーグルト
8 木	保育参観日（以）	ミートボールの甘辛煮 人参グラッセ ポイル野菜 カブのスープ バナナ	鶏肉 豚肉 玉ねぎ ひじき 卵 人参 バター キャベツ ブロッコリー かぶ ベーコン 玉ねぎ パセリ バナナ	牛乳 りんご	牛乳 ごまラスク
9 金	運動教室（きりん） 内科・歯科健診 岸本小入学説明会（そら） 布団持ち帰り	豆乳お好み焼き 白菜サラダ えのきの中華スープ パイン	豚肉 キャベツ ねぎ 桜えび 豆乳 卵 かつお節 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 クッキー
10 土				牛乳 ソフトあられ	りんごジュース せんべい
13 火	溝口小入学説明会（そら）	揚げ餃子 たくあんサラダ 豆腐の中華スープ オレンジ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 さきいか 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
14 水		ビーフシチュー コロッケ 白菜サラダ バナナ	牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 グリンピース じゃが芋 玉ねぎ 豚肉 鶏肉 白菜 ツナ りんご 人参 きゅうり バナナ	牛乳 ソフトあられ	プリン
15 木	誕生会	おめでとらんチ	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
16 金		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	赤魚 白菜 人参 しめじ かつお節 鶏肉 大根 ねぎ 生姜 りんご	牛乳 バナナ	牛乳 野菜かりんとう
17 土				牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
19 月		焼きそば ココロサラダ わかめのすまし汁 みかん	中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 キャベツ ピーマン 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 ホットケーキ
20 火	運動教室（ばんだ） 食育の日	★赤魚の味噌チーズ焼き 白菜の塩昆布和え 豆腐の味噌汁 バナナ	赤魚 チーズ 白菜 きゅうり 人参 昆布 豆腐 玉ねぎ ねぎ バナナ	豆乳 ロールパン	牛乳 ★ロッククッキー
21 水	運動教室（そら）	肉じゃが 青菜の磯香和え なめこ汁 オレンジ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 蒟蒻 さやいんげん 小松菜 ほうれん草 もやし 人参 海苔佃煮 なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 ピザ納豆
22 木	運動教室（うさぎ） 布団持ち帰り	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 バナナ	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 バナナ	ヨーグルト	牛乳 せんべい
24 土				牛乳 ビスケット	りんごジュース ソフトあられ
26 月	避難訓練	ラーメン ミートボールのケチャップ煮 ポイルブロッコリー オレンジ	中華麺 玉ねぎ 豚肉 もやし 人参 ねぎ かまぼこ 牛肉 豚肉 玉ねぎ ブロッコリー オレンジ	牛乳 クッキー	牛乳 ごまトースト
27 火	保育参観日（未）	コロッケ キャベツとツナのサラダ 大根の味噌汁 バナナ	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 バナナ	牛乳 りんご	牛乳 せんべい
28 水		鯖のアングレース 春雨の酢の物 すまし汁 リンゴ	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 リンゴ	牛乳 ビスケット	牛乳 大学芋
29 木	運動教室（きりん）	ポークカレー 大根サラダ 福神漬 バナナ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 かぼちゃ 大根 きゅうり 人参 ツナ キャベツ 福神漬 バナナ	牛乳 クラッカー	ヨーグルト和え

おめでとらんチ・・・大山おこわ チキンカツ 添え菜 スパゲティーサラダ ポイル野菜 パイン

食育の日のサンプル展示は3歳児です。主食(御飯)の量は100gです。

今月の果物は、みかん、りんご、バナナ、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。