

令和4年 2月 給食献立表

【今月の目標】・・・マナーを守って食べましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時 (未満児)	3時 (共通)
1	火	パン	クリームスパゲティ シーチキン卵 野菜スープ	牛乳/焼きりんご	牛乳/雑炊/果物
2	水	麦ご飯	魚のムニエル 根菜のごまマヨサラダ かぶの味噌汁	牛乳/黄粉団子	牛乳/フレンチトースト/果物
3	木	ご飯	ごぼうコロッケ ほうれん草の納豆和え 豆乳味噌スープ	牛乳/蒸しパン	ヤクルト/恵方巻/果物
4	金	ご飯	しゅうまい 大豆の五目煮 イエローシチュー	牛乳/卵焼き	牛乳/お好み焼き/果物
5	土	梅ご飯	そうめんチャンプルー 野菜の胡麻和え 中華スープ	牛乳/ホットケーキ	牛乳/チーズパン/果物
7	月	ご飯	れんこんつくね 卵サラダ コーンシチュー	牛乳/トースト	牛乳/ぜんざい/果物
8	火	パン	※ 鶏のごま焼き ジャーマンポテト ちゃんぽん	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/梅しそおにぎり/果物
9	水	玄米ご飯	魚のカラフル焼き 切り干し大根の煮物 豚汁	牛乳/野菜グラッセ	ヤクルト/ポテトチップス/果物
10	木	ご飯	タルタル卵の肉巻き トマトのマリネ わかめスープ	牛乳/ラスク	牛乳/サクサククッキー/果物
12	土	ご飯	豚肉の生姜焼き 麻婆豆腐 チンゲン菜のスープ	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/もちもちパン/果物
14	月	ご飯	メンチカツ きゅうりの酢の物 クリームシチュー	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/クレープ/果物
15	火	パン	皿うどん スパニッシュオムレツ ビーンズスープ	牛乳/フルーツホットケーキ	牛乳/いなり寿司/果物
16	水	お誕生会	 卵チャーハン チキンフラワー 野菜のマリネ パンネのミートソース つみれ汁	牛乳/菓子	牛乳/イチゴ大福
17	木	ご飯	豆腐のつくね 南瓜のそぼろ煮 レバーの唐揚げ すいとん汁	牛乳/ごまトースト	牛乳/チヂミ/果物
18	金	ご飯	魚のじゃが衣揚げ 春雨の酢の物 豆腐の味噌汁	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/あんまん/果物
19	土	パン	ミートスパゲティ 野菜のアーモンド和え 根菜スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/中華おこわ/果物
21	月	ご飯	ミートボール 和風サラダ ビーフシチュー	牛乳/チーストースト	牛乳/バナナマフィン/果物
22	火	わかめご飯	真砂焼 五目きんぴら 卵とじうどん	牛乳/煮りんご	牛乳/さつま芋蒸しパン/果物
24	木	ご飯	魚の煮つけ さつま芋の天ぷら 中華サラダ かき卵汁	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/ソーメン汁/果物
25	金	玄米ご飯	ひじき入りすり身焼き マカロニサラダ カレー汁	牛乳/りんこのレーズン煮	牛乳/ピザまん/果物
26	土	パン	高野豆腐のグラタン 三色和え オニオンスープ	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/青菜のおにぎり/果物
28	月	ご飯	鶏の唐揚げ 大根の梅サラダ ポタージュスープ	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/あんまん/果物

※は新メニューです



大豆パワーで元気な身体づくり！

節分の豆まきで使う大豆には、お肉や卵に負けないたんぱく質や鉄、カルシウム、食物繊維などの自然のバランス栄養食です。

豆腐、納豆、みそ、きなこ、しょうゆなど色々な食材から大豆パワーを吸収して風邪にも負けない身体づくりに心がけ元気に過ごしていきましょう。