

キミと一緒に、育っていききたい。

Komaki

日 ノ 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ (午前は3歳未満児のみ)
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
15 ノ 土	(3歳未満) ハヤシライス	ハバットとライスやんわかごはんこしひかり アンパンマンハヤシ ポーク			午前 (3歳未満) お茶
	(3歳未満) 野菜ジュース	野菜生活オリジナル			午前 (3歳未満) お菓子
	(3歳未満) 魚肉ソーセージ		おさかなのウインナー		午後 (3歳未満) お茶
					午後 (3歳未満) お菓子
	午後おやつ	お菓子			
17 ノ 月	牛丼	精白米 糸こんにゃく キャノーラ油 三温糖	牛もも肉	たまねぎ にんじん ねぎ	午前 お茶
	すまし汁		だしパック	えのきたけ 糸みつば にんじん	午前 ビスコ (みるく&きな粉)
	型抜きチーズ		型抜きチーズ		午後 牛乳
					午後 たべっ子どうぶつバター (3歳以上) サラダうす焼
	午後おやつ	たべっ子どうぶつバター (3歳以上) サラダうす焼	牛乳		
18 ノ 火	クロロールパン	クロロールパン			午前 牛乳
	さつまいも豆乳シチュー	キャノーラ油 さつまいも 片栗粉	鶏もも肉 無調整豆乳	たまねぎ にんじん スイートコーン	午前 1才からのかつぱえびせん
	ごぼうサラダ	白すりごま エッグゲアマヨネーズ	ボンレスハム	ごぼう きゅうり にんじん スイートコーン	午後 お茶
					午後 ばりんこ減塩 いよかん
	午後おやつ	ばりんこ減塩			
19 ノ 水	ごはん	精白米			午前 牛乳
	しょうゆラーメン	中華めん キャノーラ油 ごま油	豚もも肉	にんじん ねぎ 緑豆もやし キャベツ	午前 アンパンマンふんわりコーン (やさしいしお味)
	蒸し餃子		焼きぎょうざ		午後 牛乳
					午後 4Pアンパンマンのソフトせん (3歳以上) スターしるごサンド
	午後おやつ	4Pアンパンマンのソフトせん (3歳以上) スターしるごサンド	牛乳		
20 ノ 木	チキンカレーライス	精白米 じゃがいも キャノーラ油 大地の野菜カレーうどん甘口	鶏もも肉	たまねぎ にんじん	午前 牛乳
	コールスローサラダ		ボンレスハム	キャベツ きゅうり にんじん	午前 ハイハイ
	果汁入りゼリー	果汁100%ゼリー			午後 牛乳
					午後 (3歳未満) ハーベストバタートースト (3歳以上) クリームチーズカナッペ
	午後おやつ	(3歳未満) ハーベストバタートースト (3歳以上) 三温糖 クラッカー	牛乳 (3歳以上) クリームチーズ プレーンヨーグルト		
21 ノ 金	ごはん	精白米			午前 牛乳
	もやしと小松菜のスープ	キャノーラ油	ショルダーベーコン	緑豆もやし にんじん こまつな スイートコーン	午前 バナナ
	ブリの甘辛揚煮		ブリ甘辛揚煮		午後 えびちび (3歳未満) 牛乳 (3歳以上) ジョア (ストロベリー)
					午後 元気鉄カルウエハースミルククリーム
	午後おやつ	えびちび (3歳未満) 元気鉄ウエハースミルククリーム	(3歳未満) 牛乳 (3歳以上) ジョア (ストロベリー)		
22 ノ 土	(3歳未満) ツナロールパン	ツナロールパン			午前 (3歳未満) お茶
	(3歳未満) 牛乳		メイトースリム牛乳		午前 (3歳未満) お菓子
	(3歳未満) りんごゼリー	国産りんごゼリー			午後 (3歳未満) お茶
					午後 (3歳未満) お菓子
	午後おやつ	お菓子			
24 ノ 月	休園日				午前
	【振替休日(天皇誕生日)】				午後
	午後おやつ				
25 ノ 火	ごはん	精白米			午前 お茶
	みそ汁	じゃがいも	油揚げ カントわかめ だしパック 白みそ	だいこん	午前 エントリー
	鶏肉と野菜の照り煮	三温糖	鶏もも肉	しょうが にんじん たまねぎ	午後 お茶
					午後 星たべよ デコボン
	午後おやつ	星たべよ			
26 ノ 水	ごはん	精白米			午前 牛乳
	ウインナーポトフ	じゃがいも キャノーラ油	無塩せきカットポークウインナー	にんじん たまねぎ はくさい	午前 1才からのサッポロポテトベジタブル
	恐竜チキンナゲット	キャノーラ油	恐竜チキンナゲット		午後 牛乳
	ゆでキャベツ			キャベツ	午後 カルシウムと鉄分がとれるおいしいブリン (3歳以上) ハッピーターン
	午後おやつ	カルシウムと鉄分がとれるおいしいブリン (3歳以上) ハッピーターン	牛乳		
27 ノ 木	五目ごはん	精白米 糸こんにゃく キャノーラ油 三温糖	鶏もも肉	にんじん ごぼう 干しいたけ ぶなしめじ	午前 牛乳
	すまし汁		冷凍角切り豆腐 だしパック	にんじん こまつな えのきたけ	午前 (手) ふかしいも
	いわしのみぞれ煮		いわしのみぞれ煮		午後 牛乳
					午後 厚切りバウムクーヘン (3歳以上) カリボテスナック
	午後おやつ	厚切りバウムクーヘン (3歳以上) カリボテスナック	牛乳		
28 ノ 金	ごはん	精白米			午前 牛乳
	寄せ鍋	糸こんにゃく	鶏もも肉 焼き豆腐 だしパック	はくさい にんじん ねぎ えのきたけ	午前 ソフトな小魚せん
	ほうれんそうともやしのごまあえ	白すりごま 三温糖		ほうれんそう 緑豆もやし	午後 牛乳
					午後 アンパンマンひとくちビスケット (3歳以上) おにぎりせんべい銀シャリ
	午後おやつ	アンパンマンひとくちビスケット (3歳以上) おにぎりせんべい銀シャリ	牛乳		

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入れることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
(手)手づくりおやつです。

※各園で配布・配信している献立表には小麦・乳製品・卵のアレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。



毎月19日は食育の日！
家族そろって楽しく食事をしましょう

2月の旬の食材

だいこん、フロッコリー、キャベツ、こまつな、りんご、みかん、たら、ぶり など

～ ぶい ～



ぶりは成長するにつれて大きさと呼び名が変わる出世魚で、70～80cm以上の成魚をぶりと呼びます。成長過程の呼び名は、わかし・いなだ・わらさ・ぶりと変わります。また、地域により呼び名は違います。旬は秋から冬で、産地により少しずつずれます。近年では養殖や冷凍のものが1年を通して出回っています。天然のものは大きさやブランドで価値が変わり、冬にとれるものを寒ぶりという、体形は丸みを帯びて脂乗りがよく、たっぷりと栄養を蓄えているのが特徴です。

栄養価は、たんぱく質、脂質、鉄、ビタミンA・B1・B2・Eを多く含み、DHA、EPAも豊富です。

給食では、21日(金)に「ブリの甘辛揚げ煮」で提供します。



キミと一緒に、育っていきたい。

Komaki