



★今月の目標★

# 時間内に残さず食べ、後片付けをきちんとする



東向寺保育園

日付	献立	3時おやつ	朝おやつ	材 料 名		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 土	<b>節分・焼き芋大会</b> 焼き芋	麦茶 黒糖棒	バナナ豆乳 白い風船	さつまいも、黒糖棒	バナナ豆乳	
03 月	キッズピンバ、大根とあげの煮物風汁 フルーツサラダ	手作り丸ぼうろ	塩せんべい	米、ホットケーキ粉 じゃがいも マーガリン、砂糖、油 片栗粉、ごま油	乳飲料、豚肉、鶏肉 厚揚げ、卵、ごま	大根、もやし、ほうれん草、みかん缶 パイン缶、キャベツ、人参、ねぎ 生姜、にんにく
04 火	御飯、豆腐みそ汁 白身魚の煮つけ、じゃが芋きんぴら	バナナケーキ	芋けんぴ	米、じゃがいも ホットケーキ粉 マーガリン、油、砂糖	乳飲料、あかうお 豆乳、豆腐、卵 みそ、ごま	ごぼう、人参、チンゲン菜、バナナ 玉ねぎ、えのき茸、生姜
05 水	御飯、ふしめん汁 鶏肉の竜田焼き、白和え	スイートポテト	クラッカー	米、さつまいも そうめん、米粉 片栗粉、砂糖、油	乳飲料、鶏肉、豆腐 豆乳、みそ、ごま	ほうれん草、かぼちゃ、玉ねぎ、人参 ねぎ、生姜
06 木	御飯、わかめスープ 厚揚げのケチャップ煮、バナナ	せんべい	ビスケット	米、さつまいも、油 片栗粉	乳飲料、厚揚げ、鶏肉	バナナ、玉ねぎ、人参、もやし コーン、ねぎ、わかめ
07 金	御飯、わかめのすまし汁、松風焼き 切干大根のサラダ、みかん	野菜もち	野菜スナック	米、米粉、じゃがいも 片栗粉、油、砂糖	乳飲料、鶏肉、豆腐 豆乳、ちくわ、みそ ごま、いわし(煮干し)	みかん、白菜、玉ねぎ、小松菜 きゅうり、人参、みかん果汁、えのき茸、 切り干しだいこん、わかめ、青のり
08 土	マーボー豆腐丼、中華スープ、バナナ	麦茶 クッキー	バナナ豆乳 クリーム ビスケット	米、じゃがいも 片栗粉、ごま油、砂糖	豆腐、豚肉、みそ ごま、バナナ豆乳	バナナ、人参、もやし、ねぎ、生姜
10 月	御飯、白身魚のごま焼き 五目汁、さつまいもの煮物、みかん	昆布おにぎり	塩せんべい	米、さつまいも、油 砂糖	乳飲料、豆腐 ししやも、鶏肉 ごま、油揚げ	みかん、大根、ごぼう、人参 昆布佃煮、刻み昆布
12 水	御飯、白菜のすまし汁 豆腐ハンバーグ、かぼちゃの米粉焼き	豆乳もち	クラッカー	米、片栗粉、米粉 片栗粉、砂糖、油	乳飲料、豆乳、豚肉 豆腐、鶏肉、きな粉	白菜、かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ、ひじき
13 木	御飯、さつまいものみそ汁 ぶり大根、もやしのごま酢あえ、みかん	蒸しパン (コーン)	ビスケット	米、ホットケーキ粉 さつまいも、砂糖	乳飲料、ぶり、豆乳 厚揚げ、みそ、ごま	大根、みかん、もやし、人参、小松菜 玉ねぎ、コーン、生姜
14 金	ミートスパゲティ、豆腐のサラダ フルーツカクテル	玄米フレーク スナック	きらず揚げ	スパゲティ 玄米フレーク、油、米粉	乳飲料、豚肉、鶏肉 豆腐	玉ねぎ、みかん缶、パイン缶、 ほうれん草、キャベツ、人参、コーン
15 土	野菜そぼろ丼、中華スープ、みかん	麦茶 丸ぼうろ	バナナ豆乳 ウエハース	米、油、米粉、ごま油	豚肉、干しえび バナナ豆乳	みかん、かぼちゃ、もやし、小松菜 玉ねぎ、ほうれん草、コーン、人参
17 月	白身魚とひじきの混ぜごはん 豆腐旨煮椀、ベイクドじゃが、バナナ	チヂミ	クラッカー	米、じゃがいも、米粉 片栗粉、油、ごま油	乳飲料、豆腐、鮭 鶏肉、豆乳、豆腐 ごま	バナナ、白菜、人参、小松菜、ねぎ えのき茸、にら、人参、ひじき 刻み昆布、にんにく、青のり
18 火	ピラフ、じゃがいものスープ、野菜のグラタン 人参とみかんのサラダ、ミニケーキ ♥おたんじょう会♥	蒸し芋	芋けんぴ	さつまいも、米 ロールちゃん じゃがいも、米粉、油	乳飲料、豆乳、鶏肉 鶏肉、みそ	人参、みかん缶、玉ねぎ ミックスベジタブル、ほうれん草 ブロッコリー、コーン
19 水	御飯、大根のスープ、マーボー豆腐 ほうれん草のナムル、みかん	源氏パイ	塩せんべい	米、源氏パイ、ごま油 片栗粉、砂糖	乳飲料、豆腐、豚肉 みそ、ごま	みかん、大根、玉ねぎ、もやし ほうれん草、ねぎ、人参、コーン 生姜、わかめ
20 木	御飯、マカロニスープ 鶏肉のケチャップ煮、バナナ	ぼたぼた焼き	クラッカー	米、じゃがいも ぼたぼた焼き マカロニ、油、片栗粉	乳飲料、鶏肉	玉ねぎ、バナナ、人参、もやし ピーマン、しいたけ
21 金	御飯、じゃがいものすまし汁 青魚と玉ねぎのみそ煮、青菜のごまかつお和え	スープかけごはん	ビスケット	米、米、じゃがいも 砂糖、油	乳飲料、さわら、みそ 豆腐、鶏肉、ごま かつお節、油揚げ	玉ねぎ、大根、人参、小松菜、ねぎ いんげん、生姜
22 土	あんかけうどん、もやしののサラダ、パイン缶	麦茶 ジャンボドーナツ	バナナ豆乳 せんべい	うどん、片栗粉 ジャンボドーナツ	鶏肉、バナナ豆乳	もやし、パイン缶、白菜、人参 玉ねぎ、ねぎ
25 火	御飯、チンゲン菜みそ汁、白身魚のごま衣焼き ポテトサラダ、バナナ	米粉クッキー	野菜スナック	米、じゃがいも ノンエッグマヨ、米粉 油	乳飲料、ししやも みそ、ウインナー ごま、豆乳	バナナ、玉ねぎ、チンゲン菜、コーン きゅうり、えのき茸
26 水	御飯、コーンスープ、レバーにんにく風味焼き 蒸し野菜のサラダ、みかん	チャーハン	塩せんべい	米、米、さつまいも 片栗粉、油、ごま油	乳飲料、豆乳 豚レバー、鶏肉、ツナ	みかん、大根、クリームコーン缶 人参、玉ねぎ、ブロッコリー ピーマン、生姜、にんにく
27 木	ハリハリわかめ御飯、かぼちゃのみそ汁 豚肉のしょうが焼き、ゆでカリフラワー、りんご	マカロニあべ川	クラッカー	米、マカロニ、油 ノンエッグマヨ、砂糖	乳飲料、豚肉 厚揚げ、みそ、きな粉	りんご、玉ねぎ、かぼちゃ、小松菜 カリフラワー、切り干しだいこん、生姜
28 金	御飯、豆腐すまし汁、田舎煮 ほうれん草の和え物	蒸しパン(小豆)	芋けんぴ	米、じゃがいも ホットケーキ粉、油 砂糖、ごま油	乳飲料、鶏肉、豆腐 豆乳、ちくわ 油揚げ、みそ	ほうれん草、人参、れん根、ごぼう えのき茸、ねぎ

★献立表は当園ホームページでも  
見ることができます。

★下線は旬の食材です。



★調味料でトンカツ・中濃  
ウスターソース、かけぼん  
こしょう、カレー粉、  
ココア、ゆかり粉、焼肉の  
たれ、ケチャップ、コンソ  
メ、丸鶏がらスープも使用  
します。

★未摂取食材調査票★

※2月の献立に使用されている食品の中で  
食べたことがない食材を記入の上、1月24日まで

園児名	食品名	調味料
( )	( )	( )

園児名	食品名	調味料
( )	( )	( )

令和6年 月 日  
保護者氏名 印

※牛乳は5歳児は給食時に  
1~4歳児はおやつ時に  
提供しています。

※都合により献立内容や食  
材が変更になる場合があ  
ります。ご了承ください。

## ★大切なお知らせ

厚生労働省の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」2019年改訂版で  
アレルギー対応に組織的に取り組んでいくことが求められています。

アレルギーの初発事故が起らないために献立に使用されている食品の中  
『食べたことがない食材』がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、  
何ら症状が誘発されないことを確認してください。保育園では安全を最優先に  
いたしますので、家庭で試すことができなかった場合にはご連絡ください。

※すみれ組0・1歳児は食べたことがない食材の有無に関わらず  
全員ご提出ください。

