



2月の予定こんだてひょう(3~5才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	土	ハムカツ・白菜のゆかり和え 金時豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	510	14.9	11.9	1.6	ハムカツ 金時豆 わかめご飯の素・牛乳	精白米・醤油せんべい	白菜・人参・ゆかり きゅうり・ごぼう 大根・小松菜
2	日									
3	月	お誕生会・・・焼きそば ハンバーグ・ブロッコリーサラダ みかんヨーグルト・カルピス	恵方ロール 牛乳	536	21.5	16	2	豚肉・ウインナー ヨーグルト 牛乳	焼きそば麺・焼きそばソース パン粉・和風ドレッシング・カルピス ロールケーキ・いちごソース	キャベツ・人参・もやし にら・玉ねぎ・コーン ブロッコリー・みかん缶
4	火	鮭の味噌焼き・昆布びら もやしのおかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	ひじき入りお好み 焼き 麦茶	512	23.8	11.4	1.9	鮭・かつお節 昆布・鶏肉 牛乳・ひじき・かまぼこ	ごま油 精白米 小麦粉	もやし・人参 水菜・ほうれん草 しめじ・キャベツ
5	水	コロッケパン・スパゲティサラダ ほうれん草コンソテー トマトスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	568	18.4	19.7	2.1	ツナ ウインナー 牛乳・鶏肉	ミニコロッケ・コッペパン イタリアンドレッシング スパゲティ・バター・精白米	キャベツ・人参・きゅうり ほうれん草・もやし コーン・玉ねぎ・椎茸
6	木	チャーハン・エビ団子フライ チンゲン菜の中華和え わかめスープ・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	544	19.5	15.6	2.0	卵・豚肉・なると エビ団子フライ わかめ・牛乳・きな粉	精白米 ごま油 マカロニ	ねぎ・チンゲン菜 白菜・人参 グリーンピース
7	金	鶏の照り焼き・五目豆 白菜の昆布茶和え・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	バウムクーヘン 麦茶	554	20.6	17.3	2.2	鶏肉・昆布茶 大豆・のり佃煮 牛乳	精白米 バウムクーヘン 野菜ジュース	白菜・人参・きゅうり 大根・筍・レンコン もやし・にら
8	土	モロの竜田揚げ・花野菜サラダ のり塩ポテト・ごはん 豚汁・麦茶	ビスケット 麦茶	531	17.4	18.1	2.3	モロ・豚肉	片栗粉・じゃが芋 和風ドレッシング 精白米・ビスケット	カリフラワー・人参 ブロッコリー・コーン 大根・白菜
9	日									
10	月	チキンライス・はんぺんチーズフライ キャベツのフレンチサラダ コンソメスープ・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	519	14.7	16.5	2	鶏肉 はんぺんチーズフライ 牛乳	精白米 フレンチ白ドレッシング リッツ・マシュマロ	玉ねぎ・キャベツ 人参・ほうれん草 コーン・もやし・しめじ
11	火	建国記念日								
12	水	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ フルーツポンチ・牛乳	星型せんべい 麦茶	623	15.9	17.8	3	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・パーモントフレーク 青じそドレッシング じゃが芋・星型せんべい	玉ねぎ・人参・福神漬け 大根・きゅうり・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
13	木	サバの味噌煮・白菜のお浸し ひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	501	21.3	11.8	2.4	サバ ひじき・さつま揚げ 大豆・牛乳	精白米 ホットケーキミックス ジャム	白菜・人参 水菜 小松菜
14	金	麻婆ラーメン・揚げ餃子 ほうれん草のナムル バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	570	19.3	17.7	2.3	豆腐・豚肉 餃子 牛乳・ツナ・昆布	冷凍ラーメン・精白米 醤油ラーメンスープ 麻婆豆腐の素・ごま油	筍・人参・ねぎ・にら ほうれん草・もやし バナナ
15	土	鶏のすっぽ煮・揚げ里芋 キャベツの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	517	17.4	15	2.1	鶏肉・牛乳	和風ドレッシング 里芋・片栗粉・精白米 サラダせんべい	大根・人参・キャベツ 水菜・コーン 白菜・ごぼう
16	日									
17	月	親子丼・海藻サラダ さつま芋の天ぷら なめこ汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	563	20.9	17.4	2.2	鶏肉・卵 海藻サラダ 豆腐・牛乳	精白米・さつま芋 青じそドレッシング てんぷら粉・麩・バター	玉ねぎ・三つ葉 大根・きゅうり なめこ・ねぎ
18	火	ポークチャップ・ミニコロッケ キャベツのシーザーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	シュガーロール 麦茶	581	23.2	19.3	2	豚肉・牛乳	シーザードレッシング ミニコロッケ シュガーロール	玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・人参・大根 しめじ・ほうれん草
19	水	タラの甘酢あんかけ・焼売 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん 中華スープ・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	555	16.4	22	1.8	タラ 焼売 牛乳	片栗粉・甘酢あん 春雨・マヨネーズ 精白米・ゼリーの素	玉ねぎ・人参 チンゲン菜・白菜 しめじ・みかん缶
20	木	すき焼き風煮・厚焼き玉子 レンコンサラダ ごはん・味噌汁・牛乳	ピザトースト 麦茶	520	19.3	17.6	1.8	豚肉・豆腐 厚焼き玉子・わかめ 牛乳・チーズ	精白米・すき焼きのたれ ごまドレッシング 食パン・ピザソース	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・レンコン・水菜 ねぎ・ピーマン・コーン
21	金	りす組リクエスト・・・ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ・ポテトフライ 千切り野菜スープ・フルーツポンチ・牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	599	20.1	15.7	2.4	ミートソース 豚肉・ウインナー 牛乳	スパゲティ・デミグラスソース イタリアンドレッシング ポテトフライ・精白米	玉ねぎ・ブロッコリー・椎茸 人参・黄ピーマン・キャベツ みかん缶・パイン缶・黄桃缶
22	土	肉じゃが・小松菜のツナ和え 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	508	20	12.8	1.7	豚肉 ツナ・高野豆腐 牛乳	じゃが芋 精白米・麩 星型せんべい	玉ねぎ・人参・小松菜 もやし・椎茸・筍 キヌサヤ・ほうれん草
23	日									
24	月	振替休日								
25	火	白身魚フライ・切干大根煮 ほうれん草の納豆和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	517	18.8	15.6	1.4	白身魚フライ 納豆・さつま揚げ 牛乳・チーズ	精白米 リッツ ジャム	ほうれん草・人参 もやし・切干大根 白菜・ごぼう
26	水	ツナピラフ・鶏のトマト煮 かぼちゃサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	肉まん 麦茶	566	20.4	17.5	2	ツナ 鶏肉 牛乳	精白米 マヨネーズ 肉まん	ミックスベジタブル・玉ねぎ トマト缶・かぼちゃ きゅうり・レーズン・人参
27	木	けんちんうどん・竹輪の磯辺揚げ キャベツのごまドレ和え みかん・牛乳	中華粥 麦茶	486	16.4	15.3	1.9	豆腐 竹輪・青のり 牛乳・鶏肉	うどん・てんぷら粉 ごまドレッシング 精白米	大根・人参・白菜 ごぼう・キャベツ 椎茸・ねぎ
28	金	ハヤシライス・オムレツ ブロッコリーのフレンチサラダ いちごゼリー・牛乳	ワッフル りんごジュース	661	23.7	22.9	2.2	豚肉 オムレツ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク フレンチ白ドレッシング ゼリーの素・ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参 しめじ・黄ピーマン ブロッコリー

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



2月の予定こんだてひょう(2才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	土	オレンジ	ハムカツ・白菜のゆかり和え 金時豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	485	14.2	11.3	1.4	ハムカツ 金時豆 わかめご飯の素・牛乳	精白米・醤油せんべい	白菜・人参・ゆかり きゅうり・ごぼう オレンジ・大根・小松菜
2	日										
3	月	バナナ	お誕生会 ・・・焼きそば ハンバーグ・ブロッコリーサラダ みかんヨーグルト・カルピス	恵方ロール 牛乳	509	20.4	15.2	1.8	豚肉・ウインナー ヨーグルト 牛乳	焼きそば麺・焼きそばソース パン粉・和風ドレッシング・カルピス ロールケーキ・いちごソース	バナナ・キャベツ・人参・もやし にら・玉ねぎ・コーン ブロッコリー・みかん缶
4	火	クッキー	鮭の味噌焼き・昆布びら もやしのおかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	ひじき入りお好み 焼き 麦茶	486	22.6	10.8	1.7	鮭・かつお節 昆布・鶏肉 牛乳・ひじき・かまぼこ	クッキー・ごま油 精白米 小麦粉	もやし・人参 水菜・ほうれん草 しめじ・キャベツ
5	水	野菜せんべい	コロッケパン・スパゲティサラダ ほうれん草コーンソテー トマトスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	540	17.5	18.7	1.9	ツナ ウインナー 牛乳・鶏肉	野菜せんべい・ミニコロッケ・コッペパン イタリアンドレッシング スパゲティ・バター・精白米	キャベツ・人参・きゅうり ほうれん草・もやし コーン・玉ねぎ・椎茸
6	木	青りんごゼリー	チャーハン・エビ団子フライ チンゲン菜の中華和え わかめスープ・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	517	18.5	14.8	1.8	卵・豚肉・なると エビ団子フライ わかめ・牛乳・きな粉	ゼリーの素・精白米 ごま油 マカロニ	ねぎ・チンゲン菜 白菜・人参 グリーンピース
7	金	ウエハース	鶏の照り焼き・五目豆 白菜の昆布茶和え・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	バウムクーヘン 麦茶	526	19.6	16.4	2	鶏肉・昆布茶 大豆・のり佃煮 牛乳	ウエハース・精白米 バウムクーヘン 野菜ジュース	白菜・人参・きゅうり 大根・筍・レンコン もやし・にら
8	土	白い風船	モロの竜田揚げ・花野菜サラダ のり塩ポテト・ごはん 豚汁・麦茶	ビスケット 麦茶	504	16.5	17.2	2.1	モロ・豚肉	白い風船・片栗粉・じゃが芋 和風ドレッシング 精白米・ビスケット	カリフラワー・人参 ブロッコリー・コーン 大根・白菜
9	日										
10	月	ソフトせんべい	チキンライス・はんぺんチーズフライ キャベツのフレンチサラダ コンソメスープ・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	493	14.0	15.7	1.8	鶏肉 はんぺんチーズフライ 牛乳	ソフトせんべい・精白米 フレンチ白ドレッシング リッツ・マシュマロ	玉ねぎ・キャベツ 人参・ほうれん草 コーン・もやし・しめじ
11	火		建国記念日								
12	水	クッキー	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ フルーツポンチ・牛乳	星型せんべい 麦茶	592	15.1	16.9	2.8	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・パーモントフレーク クッキー・青じそドレッシング じゃが芋・星型せんべい	玉ねぎ・人参・福神漬け 大根・きゅうり・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
13	木	オレンジ	サバの味噌煮・白菜のお浸し ひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	476	20.2	11.2	2.2	サバ ひじき・さつま揚げ 大豆・牛乳	精白米 ホットケーキミックス ジャム	白菜・人参 オレンジ・水菜 小松菜
14	金	たまごボーロ	麻婆ラーメン・揚げ餃子 ほうれん草のナムル バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	542	18.3	16.8	2.1	豆腐・豚肉 餃子 牛乳・ツナ・昆布	冷凍ラーメン・精白米 たまごボーロ・醤油ラーメンスープ 麻婆豆腐の素・ごま油	筍・人参・ねぎ・にら ほうれん草・もやし バナナ
15	土	りんご	鶏のすっぽん煮・揚げ里芋 キャベツの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	491	16.5	14.3	1.9	鶏肉・牛乳	和風ドレッシング 里芋・片栗粉・精白米 サラダせんべい	りんご・キャベツ 人参・水菜・コーン 白菜・ごぼう
16	日										
17	月	チーズかまぼこ	親子丼・海藻サラダ さつま芋の天ぷら なめこ汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	535	19.9	16.5	2	チーズかまぼこ・鶏肉・卵 海藻サラダ 豆腐・牛乳	精白米・さつま芋 青じそドレッシング てんぷら粉・麩・バター	玉ねぎ・三つ葉 大根・きゅうり なめこ・ねぎ
18	火	白い風船	ポークチャップ・ミニコロッケ キャベツのシーザーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	シュガーロール 麦茶	552	22.0	18.3	1.8	豚肉・牛乳	シーザードレッシング 白い風船・ミニコロッケ シュガーロール	玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・人参・大根 しめじ・ほうれん草
19	水	オレンジ	タラの甘酢あんかけ・焼売 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん 中華スープ・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	527	15.6	20.9	1.6	タラ 焼売 牛乳	片栗粉・甘酢あん 春雨・マヨネーズ 精白米・ゼリーの素	オレンジ・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・白菜 しめじ・みかん缶
20	木	コーンフレーク	すき焼き風煮・厚焼き玉子 レンコンサラダ ごはん・味噌汁・牛乳	ピザトースト 麦茶	494	18.3	16.7	1.6	豚肉・豆腐 厚焼き玉子・わかめ 牛乳・チーズ	精白米・すき焼きのたれ コーンフレーク・ごまドレッシング 食パン・ピザソース	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・レンコン・水菜 ねぎ・ピーマン・コーン
21	金	クッキー	りす組リクエスト ・・・ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ・ポテトフライ 千切り野菜スープ・フルーツポンチ・牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	569	19.1	14.9	2.2	ミートソース 豚肉・ウインナー 牛乳	スパゲティ・デミグラスソース クッキー・イタリアンドレッシング ポテトフライ・精白米	玉ねぎ・ブロッコリー・椎茸 人参・黄ピーマン・キャベツ みかん缶・パイン缶・黄桃缶
22	土	バナナ	肉じゃが・小松菜のツナ和え 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	483	19.0	12.2	1.5	豚肉 ツナ・高野豆腐 牛乳	じゃが芋 精白米・麩 星型せんべい	玉ねぎ・人参・小松菜 バナナ・もやし・椎茸・筍 キヌサヤ・ほうれん草
23	日										
24	月		振替休日								
25	火	野菜せんべい	白身魚フライ・切干大根煮 ほうれん草の納豆和え・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカーサンド 麦茶	491	17.9	14.8	1.2	白身魚フライ 納豆・さつま揚げ 牛乳・チーズ	野菜せんべい・精白米 リッツ ジャム	ほうれん草・人参 もやし・切干大根 白菜・ごぼう
26	水	オレンジ	ツナピラフ・鶏のトマト煮 かぼちゃサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	肉まん 麦茶	538	19.4	16.6	1.8	ツナ 鶏肉 牛乳	精白米 マヨネーズ 肉まん	ミックスベジタブル・玉ねぎ オレンジ・トマト缶・かぼちゃ きゅうり・レーズン・人参
27	木	クッキー	けんちんうどん・竹輪の磯辺揚げ キャベツのごまドレ和え みかん・牛乳	中華粥 麦茶	462	15.6	14.5	1.7	豆腐 竹輪・青のり 牛乳・鶏肉	うどん・てんぷら粉 ごまドレッシング クッキー・精白米	大根・人参・白菜 ごぼう・キャベツ 椎茸・ねぎ
28	金	フルーチェ(ピーチ)	ハヤシライス・オムレツ ブロッコリーのフレンチサラダ いちごゼリー・牛乳	ワッフル りんごジュース	628	22.5	21.8	2	豚肉 オムレツ 牛乳	フルーチェ・精白米・ハヤシフレーク フレンチ白ドレッシング ゼリーの素・ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参 しめじ・黄ピーマン ブロッコリー

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



2月の予定こんだてひょう(1才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	土	オレンジ	ハムカツ・白菜のゆかり和え 金時豆・わかめごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	436	12.7	10.2	1.2	ハムカツ 金時豆 わかめご飯の素・牛乳	精白米・ソフトせんべい	白菜・人参・ゆかり きゅうり・ごぼう オレンジ・大根・小松菜
2	日										
3	月	バナナ	お誕生会 ・・・焼きそば ハンバーグ・ブロッコリーサラダ みかんヨーグルト・カルピス	恵方ロール 牛乳	458	18.4	13.7	1.6	豚肉・ウインナー ヨーグルト 牛乳	焼きそば麺・焼きそばソース パン粉・和風ドレッシング・カルピス ロールケーキ・いちごソース	バナナ・キャベツ・人参・もやし にら・玉ねぎ・コーン ブロッコリー・みかん缶
4	火	クッキー	鮭の味噌焼き・昆布ひら もやしのおかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	ひじき入りお好み 焼き 麦茶	438	20.3	9.7	1.5	鮭・かつお節 昆布・鶏肉 牛乳・ひじき・かまぼこ	クッキー・ごま油 精白米 小麦粉	もやし・人参 水菜・ほうれん草 しめじ・キャベツ
5	水	野菜せんべい	ジャムパン・スパゲティサラダ ほうれん草コーンソテー ミニコロケ・トマトスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	486	15.7	16.8	1.7	ツナ ウインナー 牛乳・鶏肉	野菜せんべい・ミニコロケ・食パン イタリアンドレッシング スパゲティ・バター・精白米	人参・きゅうり ほうれん草・もやし コーン・玉ねぎ・椎茸
6	木	青りんごゼリー	チャーハン・エビ団子フライ チンゲン菜の中華和え わかめスープ・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	465	16.7	13.3	1.6	卵・豚肉・なると エビ団子フライ わかめ・牛乳・きな粉	ゼリーの素・精白米 ごま油 マカロニ	ねぎ・チンゲン菜 白菜・人参 グリーンピース
7	金	ウエハース	鶏の照り焼き・五目豆 白菜の昆布茶和え・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	バウムクーヘン 麦茶	474	17.6	14.8	1.8	鶏肉・昆布茶 大豆・のり佃煮 牛乳	ウエハース・精白米 バウムクーヘン 野菜ジュース	白菜・人参・きゅうり 大根・筍・レンコン もやし・にら
8	土	白い風船	モロの竜田揚げ・花野菜サラダ のり塩ポテト・ごはん 豚汁・麦茶	ビスケット 麦茶	454	14.9	15.5	1.9	モロ・豚肉	白い風船・片栗粉・じゃが芋 和風ドレッシング 精白米・ビスケット	カリフラワー・人参 ブロッコリー・コーン 大根・白菜
9	日										
10	月	ソフトせんべい	チキンライス・はんぺんチーズフライ キャベツのフレンチサラダ コンソメスープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	444	12.6	14.1	1.6	鶏肉 はんぺんチーズフライ 牛乳	ソフトせんべい・精白米 フレンチ白ドレッシング マンナビスケット	玉ねぎ・キャベツ 人参・ほうれん草 コーン・もやし・しめじ
11	火		建国記念日								
12	水	クッキー	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ フルーツポンチ・牛乳	星型せんべい 麦茶	533	13.6	15.2	2.6	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・バーモントフレーク クッキー・青じそドレッシング じゃが芋・星型せんべい	玉ねぎ・人参・福神漬け 大根・きゅうり・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
13	木	オレンジ	サバの味噌煮・白菜のお浸し ひじきごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	428	18.2	10.1	2.0	サバ ひじき・さつま揚げ 大豆・牛乳	精白米 ホットケーキミックス ジャム	白菜・人参 オレンジ・水菜 小松菜
14	金	たまごボーロ	麻婆ラーメン・揚げ餃子 ほうれん草のナムル バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	487	16.5	15.1	1.9	豆腐・豚肉 餃子 牛乳・ツナ・昆布	冷凍ラーメン・精白米 たまごボーロ・醤油ラーメンスープ 麻婆豆腐の素・ごま油	筍・人参・ねぎ・にら ほうれん草・もやし バナナ
15	土	りんご	鶏のすっぽん煮・揚げ里芋 キャベツの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜せんべい 麦茶	442	14.9	12.8	1.7	鶏肉・牛乳	和風ドレッシング 里芋・片栗粉・精白米 野菜せんべい	りんご・キャベツ 人参・水菜・コーン 白菜・ごぼう
16	日										
17	月	チーズかまぼこ	親子丼・海藻サラダ さつま芋の天ぷら なめこ汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	481	17.9	14.9	1.8	チーズかまぼこ・鶏肉・卵 海藻サラダ 豆腐・牛乳	精白米・さつま芋 青じそドレッシング てんぷら粉・麩・バター	玉ねぎ・三つ葉 大根・きゅうり なめこ・ねぎ
18	火	白い風船	ポークチャップ・ミニコロケ キャベツのシーザーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	シュガーロール 麦茶	497	19.8	16.5	1.6	豚肉・牛乳	シーザードレッシング 白い風船・ミニコロケ シュガーロール	玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・人参・大根 しめじ・ほうれん草
19	水	オレンジ	タラの甘酢あんかけ・焼売 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん 中華スープ・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	475	14.0	18.8	1.4	タラ 焼売 牛乳	片栗粉・甘酢あん 春雨・マヨネーズ 精白米・ゼリーの素	オレンジ・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・白菜 しめじ・みかん缶
20	木	コーンフレーク	すき焼き風煮・厚焼き玉子 レンコンサラダ ごはん・味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	445	16.5	15.0	1.4	豚肉・豆腐 厚焼き玉子・わかめ 牛乳	精白米・すき焼きのたれ コーンフレーク・ごまドレッシング 食パン・ジャム	白菜・人参・玉ねぎ しめじ・レンコン 水菜・ねぎ
21	金	クッキー	りす組リクエスト ・・・ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ・ポテトフライ 千切り野菜スープ・フルーツポンチ・牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	512	17.2	13.4	2.0	ミートソース 豚肉・ウインナー 牛乳	スパゲティ・デミグラスソース クッキー・イタリアンドレッシング ポテトフライ・精白米	玉ねぎ・ブロッコリー・椎茸 人参・黄ピーマン・キャベツ みかん缶・黄桃缶
22	土	バナナ	肉じゃが・小松菜のツナ和え 高野豆腐の五目煮・ごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	434	17.1	10.9	1.3	豚肉 ツナ・高野豆腐 牛乳	じゃが芋 精白米・麩 星型せんべい	玉ねぎ・人参・小松菜 バナナ・もやし・椎茸・筍 キヌサヤ・ほうれん草
23	日										
24	月		振替休日								
25	火	野菜せんべい	白身魚フライ・切干大根煮 ほうれん草の納豆和え・ごはん 味噌汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	442	16.1	13.3	1.0	白身魚フライ 納豆・さつま揚げ 牛乳・チーズ	野菜せんべい 精白米 マンナビスケット	ほうれん草・人参 もやし・切干大根 白菜・ごぼう
26	水	オレンジ	ツナピラフ・鶏のトマト煮 かぼちゃサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	肉まん 麦茶	484	17.4	15.0	1.6	ツナ 鶏肉 牛乳	精白米 マヨネーズ 肉まん	ミックスベジタブル・玉ねぎ オレンジ・トマト缶・かぼちゃ きゅうり・レーズン・人参
27	木	クッキー	けんちんうどん・竹輪の磯辺揚げ キャベツのごまドレ和え みかん・牛乳	中華粥 麦茶	416	14.0	13.1	1.5	豆腐 竹輪・青のり 牛乳・鶏肉	うどん・てんぷら粉 ごまドレッシング クッキー・精白米	大根・人参・白菜 ごぼう・キャベツ 椎茸・ねぎ
28	金	フルーチェ(ピーチ)	ハヤシライス・オムレツ ブロッコリーのフレンチサラダ いちごゼリー・牛乳	ワッフル りんごジュース	565	20.3	19.6	1.8	豚肉 オムレツ 牛乳	フルーチェ・精白米・ハヤシフレーク フレンチ白ドレッシング ゼリーの素・ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参 しめじ・黄ピーマン ブロッコリー

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



2月の予定こんだてひょう(離乳食)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	完了期食(12ヶ月～)			後期食(9～11ヶ月頃)			中期食(7～8ヶ月頃)	初期食(5～6ヶ月頃)
		朝のおやつ	昼食	おやつ	朝のおやつ	昼食			
1	土	オレンジ	チキン煮・白菜のサラダ かぼちゃ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	小魚せんべい 麦茶	オレンジ	チキン煮 白菜のサラダ 白粥・大根のスープ・麦茶	チキン煮 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
2	日								
3	月	バナナ	にゅうめん・ハンバーグ ブロッコリーサラダ みかんヨーグルト・麦茶	パンケーキ 牛乳	バナナ	にゅうめん ブロッコリーのサラダ オレンジ・麦茶	にゅうめん ブロッコリーのサラダ バナナ・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
4	火	クッキー	鮭の味噌煮・昆布ひら もやしのおかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	ひじき入りお好み焼 き 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	煮魚(鮭) もやしのおかか和え 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	煮魚(鮭) ほうれん草のサラダ 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
5	水	しらす&わか めせんべい	ジャムパン・スパゲティサラダ ほうれん草のことごと煮 トマトスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	しらす&わか めせんべい	スパゲティサラダ ほうれん草のことごと煮 パン粥・玉ねぎのスープ・麦茶	ほうれん草のことごと煮 野菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
6	木	青りんごゼ リー	肉団子のだし煮・里芋煮 チンゲン菜のサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	マカロニきな粉 麦茶	ヨーグルト	肉団子のだし煮 チンゲン菜のサラダ 白粥・白菜のスープ・麦茶	肉団子のだし煮 チンゲン菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
7	金	マンナウエ ハース	チキン煮・五目豆 白菜のサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	蒸しパン 麦茶	マンナウエ ハース	チキン煮 白菜のサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶	そぼろ煮 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶	
8	土	ハイハイ (プレーン)	モロの竜田揚げ・花野菜サラダ のり塩ポテト・ごはん 豚汁・麦茶	かぼちゃ&にんじん リング 麦茶	ハイハイ (プレーン)	煮魚(サバ) 花野菜サラダ 白粥・じゃが芋のスープ・麦茶	煮魚(ツナ) 花野菜サラダ 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
9	日								
10	月	ほうれん草と 小松菜せんべ い	煮魚(タラ)・キャベツのサラダ じゃが芋のトマト煮・ごはん コンソメスープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	ほうれん草と 小松菜せんべ い	煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	煮魚(タラ) キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
11	火		建国記念日						
12	水	クッキー	肉じゃが コロコロサラダ・ごはん フルーツポンチ・牛乳	小魚せんべい 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・オレンジ・麦茶	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶	
13	木	オレンジ	サバの味噌煮・白菜のお浸し ひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	オレンジ	煮魚(サバ) 白菜のサラダ 白粥・小松菜のスープ・麦茶	煮魚(鮭) 白菜のサラダ 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
14	金	たまごボーロ	にゅうめん・肉団子のだし煮 ほうれん草のサラダ バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	たまごボーロ	にゅうめん ほうれん草のサラダ バナナ・麦茶	にゅうめん ほうれん草のサラダ バナナ・牛乳	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
15	土	りんご	チキン煮・里芋煮 キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ハイハイ(野菜) 麦茶	りんご	チキン煮 キャベツのサラダ 白粥・里芋のスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
16	日								
17	月	チーズスティック	親子煮・海藻サラダ さつま芋スティック・ごはん 味噌汁・牛乳	マンナウエハース 麦茶	チーズスティック	親子煮 さつま芋スティック 白粥・豆腐と野菜のスープ・麦茶	玉ねぎのそぼろ煮 さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶	
18	火	ハイハイ (プレーン)	鶏のトマト煮・じゃが芋煮 キャベツのサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	ハイハイ (プレーン)	鶏のトマト煮 キャベツのサラダ 白粥・大根のスープ・麦茶	鶏のトマト煮 キャベツのサラダ 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
19	水	オレンジ	煮魚(タラ)・里芋煮 春雨サラダ・ごはん 中華スープ・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	オレンジ	煮魚(タラ) 里芋の野菜あんかけ 白粥・白菜のスープ・麦茶	煮魚(タラ) 里芋の野菜あんかけ 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
20	木	コーンフレ ーク	野菜のそぼろ煮・厚焼き玉子 レンコンサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	しらす&わか めせんべい	野菜のそぼろ煮 厚焼き玉子 白粥・玉ねぎのスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
21	金	クッキー	豚と野菜のスパゲティ ブロッコリーサラダ・じゃが芋煮 フルーツポンチ・牛乳	おにぎり 麦茶	マンナウエ ハース	豚と野菜のスパゲティ じゃが芋煮 オレンジ・麦茶	にゅうめん じゃが芋煮 りんご・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶	
22	土	バナナ	肉じゃが・小松菜のツナ和え 高野豆腐煮・ごはん 味噌汁・牛乳	小魚せんべい 麦茶	バナナ	肉じゃが 小松菜のツナ和え 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	肉じゃが 小松菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
23	日								
24	月		振替休日						
25	火	ほうれん草と 小松菜せんべ い	煮魚(鮭)・切干大根煮 ほうれん草の納豆和え・ごはん 味噌汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	ほうれん草と 小松菜せんべ い	煮魚(鮭) ほうれん草の納豆和え 白粥・白菜のスープ・麦茶	煮魚(鮭) ほうれん草の納豆和え 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
26	水	オレンジ	鶏のトマト煮・野菜のツナ和え かぼちゃ煮・ごはん コンソメスープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	オレンジ	鶏のトマト煮 野菜のツナ和え 白粥・キャベツのスープ・麦茶	鶏のトマト煮 野菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 トマトペースト 麦茶	
27	木	クッキー	けんちんうどん・竹輪煮 キャベツのサラダ みかん・牛乳	中華粥 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	煮込みうどん キャベツのサラダ オレンジ・麦茶	煮込みうどん キャベツのサラダ バナナ・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
28	金	フルーチェ (ピーチ)	肉じゃが・オムレツ ブロッコリーのサラダ・ごはん	かぼちゃ&にんじん リング	ヨーグルト	肉じゃが ブロッコリーのサラダ	肉じゃが ブロッコリーのサラダ	白粥 ブロッコリーペースト	