



# わんぱく 保育園 献立表 (2月分)



			離乳食						
			10:30		10:45		14:30		
日	曜	おやつ	9:30	11:00	15:00	初期	中期	後期	
1	木	牛乳 せんべい	ご飯 白菜の味噌汁 豚肉のうま煮 チーズ入りかぼちゃサラダ	お茶 おにぎり	10倍かゆ 南瓜マッシュ	7倍かゆ かぼちゃのスープ 豆腐のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ かぼちゃのスープ 豆腐のくず煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが
2	金	牛乳 せんべい	ご飯 麩の清汁 五目煮豆 春雨の酢の物	牛乳 ふかし芋	10倍かゆ 人参マッシュ	7倍かゆ 清汁 納豆和え	7倍かゆ きやべつスープ さつま芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 清汁 納豆和え	5倍かゆ きやべつスープ さつま芋のそぼろあんかけ
3	土	牛乳 ポーロ	ご飯 けんちん汁 牛肉とピーマンの細切り炒め	牛乳 せんべい	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 里芋のうま煮	おじや かぶのそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 里芋のうま煮	おじや かぶのそぼろ煮
5	月	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の味噌汁 ひじきサラダ ウインナー	フルーツ和え	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ひじきの煮付け	7倍かゆ 清汁 トマトと鶏肉のくず煮	5倍かゆ 味噌汁 ひじきの煮付け	5倍かゆ 清汁 トマトと鶏肉のくず煮
6	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 野菜スープ うの花炒り 白ごまつくね	牛乳 ビスケット	10倍かゆ ブロッコリーのうま煮	7倍かゆ 白菜スープ ブロッコリーのじゃこ煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 白菜スープ ブロッコリーのじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮
7	水	牛乳 クッキー	ご飯 なめこ汁 いわしの梅煮 みかん もやしのごま酢和え	牛乳 おはぎ	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 清汁 あんかけ豆腐	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のきな粉和え	5倍かゆ 清汁 あんかけ豆腐	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のきな粉和え
8	木	牛乳 お米スナック	ご飯 わかめの清汁 胡瓜のゆかり和え ゆで大豆と豚肉のかき揚げ	牛乳 カレー風味の ホットケーキ	10倍かゆ あけぼのマッシュ	納豆かゆ じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 野菜スープ 麩と青菜のべたべた煮	5倍かゆ 納豆かゆ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 野菜スープ 麩と青菜のべたべた煮
9	金	牛乳 ビスケット	ご飯 えのきの味噌汁 肉じゃが 大根サラダ	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 魚のくず煮	7倍かゆ 豆腐スープ グリビースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 魚のくず煮	5倍かゆ 豆腐スープ グリビースのやわらか煮
10	土	牛乳 せんべい	わんぱくカレーライス きやべつ磯辺和え	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 かぶの煮物	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 かぶの煮物
13	火	牛乳 じゃが芋スナック	ご飯 もやしとにらの和え物 大根の豆乳味噌シチュー さつま芋の甘煮	牛乳 黒ごま・きな粉 サンド	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 豆乳スープ 人参のじゃこ煮	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のそぼろ煮	5倍かゆ 豆乳スープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のそぼろ煮
14	水	牛乳 ビスケット	ご飯 小松菜の清汁 煮込みハンバーグ ミックス野菜	牛乳 せんべい	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 長芋のうま煮	7倍かゆ きやべつスープ 鶏肉とブロッコリーの煮物	5倍かゆ 清汁 長芋のうま煮	5倍かゆ きやべつスープ 鶏肉とブロッコリーの煮物
15	木	牛乳 ビスケット	ドライカレー 中華スープ 鶏のから揚げ デコボン きやべつのゆかり和え	牛乳 チーズケーキ	10倍かゆ きやべつマッシュ	味噌おじや きやべつのじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 納豆和え	味噌おじや きやべつのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 納豆和え
16	金	牛乳 ビスケット	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ	牛乳 ビスケット	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 里芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 野菜スープ 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 里芋のそぼろあんかけ
17	土	牛乳 あられ	味噌煮込みうどん きやべつと胡瓜の和え物	牛乳 せんべい	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 清汁 煮魚	7倍かゆ 豆腐スープ きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 豆腐スープ きやべつのうま煮
19	月	牛乳 せんべい	ご飯 かぼちゃの味噌汁 筑前煮 きやべつの昆布和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のきな粉和え	7倍かゆ 清汁 南瓜のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のきな粉和え	5倍かゆ 清汁 南瓜のそぼろ煮
20	火	牛乳 クッキー	ご飯 豆腐の味噌汁 鯖のカレー煮 野菜ののり酢和え	牛乳 スナック	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 チンゲン菜のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 チンゲン菜のうま煮
21	水	牛乳 クラッカー	ご飯 高野のスープ 豚大根 えのきとささみの和え物	牛乳 重ね煮	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 清汁 さつま芋のりんご煮	7倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のあけぼの煮	5倍かゆ 清汁 さつま芋のりんご煮	5倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のあけぼの煮
22	木	牛乳 ウエハース	ご飯 鶏肉の豆乳クリーム煮 きやべつとツナの和風サラダ バナナ	牛乳 ビスケット	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 豆乳スープ 里芋のじゃこ煮	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のコーン煮	5倍かゆ 豆乳スープ 里芋のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のコーン煮
24	土	牛乳 ポーロ	ご飯 麻婆豆腐 もやしのサラダ	牛乳 せんべい	10倍かゆ ポテトマッシュ	おじや じゃこじゃが	7倍かゆ 清汁 麻婆豆腐風	おじや じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 麻婆豆腐風
26	月	牛乳 じゃが芋スナック	ご飯 もやしの味噌汁 豚肉の炒り煮 ブロッコリーのごま和え	牛乳 ジャムサンド	10倍かゆ かぶのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 豆腐のくず煮	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 味噌汁 豆腐のくず煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮
27	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 麩の清汁 ちくわの甘辛煮 大豆サラダ	牛乳 りんご入り蒸し パン	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ トマトスープ じゃこじゃが	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のりんご煮	5倍かゆ トマトスープ じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のりんご煮
28	水	牛乳 サブレ	ご飯 小松菜の味噌汁 赤魚の利休煮 白菜ときやべつの昆布和え	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 清汁 魚の利休煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ 清汁 魚の利休煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の青のり和え
29	木	牛乳 お米スナック	大根カレーライス パンサンスー デコボン	ヨーグルト	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ わかめスープ グリビースのやわらか煮	7倍かゆ 味噌汁 大根のそぼろ煮	5倍かゆ わかめスープ グリビースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 大根のそぼろ煮

