

令和6年 2月 こんだてよていひょう

日	曜日	午前のおやつ (乳児)	副食(乳幼児)	3時のおやつ (乳幼児)	赤 血や肉や骨になるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子をととのえるもの	
1	木	マミー	ポークビーンズ きゅうりのツナ和え ふりかけ アンパンマンポテト パイン缶	フルーチェ	マミー 豚肉 ベーコン 牛乳 シーチキン	精白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 水煮大豆 きゅうり パイン缶	
2	金	(節分) 牛乳	福々ごはん マカロニサラダ けんちん汁 ナゲット みかん	カルピス おこし	牛乳 福豆 ハム ナゲット カルピス 豆腐	精白米 マカロニ 里芋	大根 人参 ごぼう きゅうり みかん	
3	土	野菜 ジュース	ポークカレー 麦茶 パナナ	クロレラアップル せんべい	豚肉 クロレラアップル	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
5	月	牛乳	肉じゃが 春雨サラダ 味噌汁 パナナ	いちごオレ 黒糖クロワッサン	牛乳 豚肉 春雨 ハム いちごオレ	精白米 じゃが芋 クロワッサン	玉ねぎ 人参 しめじ 白滝 グリーンピース缶 きゅうり パナナ 長ねぎ なめこ わかめ	
6	火	野菜 ジュース	味噌煮込みうどん クロレラアップル きゅうりとウインナーのごま酢和え オレンジ	牛乳 鬼パン	鶏肉 クロレラアップル 牛乳 ウインナー	うどん ごま 小麦粉 さつま芋	野菜ジュース 白菜 しめじ エリンギ 人参 きゅうり もやし オレンジ	
7	水	牛乳	煮魚 れんこんサラダ 味噌汁 グレープフルーツ	麦茶 だんご(ハーベスト)	牛乳 かじき鮭	精白米 じゃが芋 だんご	れんこん きゅうり レタス 大根 人参 玉ねぎ わかめ グレープフルーツ	
8	木	のむ ヨーグルト	豚肉と野菜の味噌炒め かぼちゃの煮付け かまぼこスープ みかん	牛乳 豆腐のパウンドケーキ	のむヨーグルト 豚肉 豆腐 かまぼこ 卵 牛乳	精白米 ホットケーキミックス	キャベツ もやし かぼちゃ 人参 ビーマン 長ねぎ みかん	
9	金	牛乳	ハヤシライス 白菜のコールスローサラダ 野菜ジュース いちご	豆乳 パナナ	牛乳 竹輪 豆乳	精白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 白菜 いちご コーン缶 野菜ジュース パナナ	
10	土	野菜 ジュース	クリームシチュー 麦茶 パナナ	クロレラ ハーベスト	豚肉 クロレラ	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
12	月	建 国 記 念 の 日 の 振 替 休 日						
13	火	パイン ジュース	コーン入り焼きそば 大根サラダ ぶどうジュース キウイフルーツ	牛乳 ココアマフィン	ハム 牛乳 卵	焼きそば 小麦粉 バター	パインジュース キャベツ きゅうり ぶどうジュース 大根 キウイフルーツ	
14	水	(誕生会) 牛乳	ポテトチーズ焼き イタリアンサラダ コーンスープ いちご	ミックスゼリー	牛乳 シーチキン ベーコン チーズ 卵	精白米 じゃが芋	玉ねぎ ビーマン きゅうり レタス ラディッシュ いちご コーン缶	
15	木	豆乳	おでん風煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁 桃缶	牛乳 たい焼き	豆乳 さつま揚げ はんぺん 竹輪 油揚げ 牛乳	精白米 ごま たい焼き	大根 人参 ほうれん草 もやし わかめ 桃缶	
16	金	牛乳	麻婆豆腐 棒棒鶏 チーズ竹輪 ぼんかん	クロレラ ミニドーナツ	牛乳 豆腐 ささみ クロレラ チーズ竹輪	精白米	エリンギ 長ねぎ きゅうり ぼんかん	
17	土	野菜 ジュース	チキンカレー 麦茶 パナナ	クロレラアップル せんべい	鶏肉 クロレラアップル	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
19	月	牛乳	鱈のケチャップあんかけ グリーンサラダ 味噌汁 オレンジ	ミルクティ バームクーヘン	牛乳 鱈 ハム 油揚げ	精白米	玉ねぎ ビーマン キャベツ しめじ 小松菜 きゅうり わかめ レタス オレンジ	
20	火	野菜 ジュース	きのこうどん きゅうりとかぶの塩もみ クロレラ グレープフルーツ	牛乳 ブルーベリーサンド	なると 油揚げ クロレラ 牛乳	うどん 食パン	野菜ジュース えのきだけ 長ねぎ なめこ しめじ かぶ きゅうり グレープフルーツ	
21	水	(音体) 牛乳	豚肉の生姜焼き 五目ナムル にら玉スープ いちご	アップルジュース ロッククッキー	牛乳 豚肉 ささみ 卵	精白米 小麦粉 バター アーモンドダイス	ほうれん草 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ いちご にら アップルジュース	
22	木	ぶどう ジュース	じゃが芋ベーコン炒め ゆでブロッコリー 味噌汁 パナナ	牛乳 肉まん	ベーコン 豆腐 牛乳	精白米 じゃが芋 肉まん	ぶどうジュース ビーマン 玉ねぎ ブロッコリー パナナ ほうれん草	
23	金	天 皇 誕 生 日						
24	土	野菜 ジュース	ビーフシチュー 麦茶 パナナ	クロレラ ハーベスト	豚肉 クロレラ	精白米 じゃが芋	野菜ジュース 玉ねぎ 人参 パナナ	
26	月	オレンジ ジュース	ハムカツ アップルサラダ 味噌汁 キウイフルーツ	牛乳 コーンフレーク	ハム 油揚げ 牛乳	精白米	オレンジジュース キャベツ レーズン りんご わかめ 大根 キウイフルーツ	
27	火	牛乳	焼きうどん キャベツのごま和え 野菜ジュース ぼんかん	のむヨーグルト スティックメロンパン	牛乳 豚肉 のむヨーグルト かまぼこ	うどん メロンパン	白菜 人参 野菜ジュース 長ねぎ キャベツ ぼんかん	
28	水	(食育) いちごオレ	竹輪のグリーンシチュー リヨネーズサラダ クロレラアップル いよかん	牛乳 (スコーン)	いちごオレ 竹輪 シーチキン 卵 クロレラアップル 牛乳	精白米 小麦粉 バター	玉ねぎ 人参 ほうれん草 マッシュルーム缶 きゅうり レタス 野菜ジュース いよかん	
29	木	のむ ヨーグルト	ツナポテトサラダ しらす入り納豆 ウインナー 味噌汁 グレープフルーツ	野菜ジュース ふのラスク	のむヨーグルト シーチキン しらす干し 納豆 ウインナー 竹輪 牛乳	精白米 じゃが芋 バター ふ	きゅうり コーン缶 キャベツ 人参 グレープフルーツ わかめ	