３がつ
こんだてよていひょう

令和３年２月 26 日　社会福祉法人　百華児童苑　大内光輪保育園

３日（水）・26 日（金）は、完全給食の日。
（３～５歳児さんは、ご飯がいりません。）
※年長組は、23 日（火）も完全給食です

＊みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。
★印は、きく組さんのリクエストメニューです。

日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		０～２歳児 朝のおやつ	お昼の給食	みんなの おやつ	強いちからが出るたべもの （きいろ）	丈夫な体を作るたべもの （あかいろ）	びょうきからまもってくれるたべもの （みどりいろ）	
1	月	ばうむくーへん いちご	わふうはっぽうさい もやしのぴーなっつあえ　おれんじ	★あっぷるぱい	あぶら　さとう　かたくりこ ぴーなっつ　ごまあぶら	ぶたにく　えび　いか　みそ はむ	にんじん　たまねぎ　はくさい　ほししいたけ　こーん ぴーまん　にんにく　もやし　きゅうり　おれんじ	大豆製品・いも類
2	火	じゃむさんど おれんじじゅーす	とうふのけんちんむし　だいこんじる さつまいもとこんぶのにもの　★ばなな	すぴーどぱい	かたくりこ　さとう　あぶら さつまいも　ばたー	もめんどうふ　とりミンチ たまご　きざみこんぶ　さけ	なましいたけ　にんじん　たけのこ　だいこん ぱせり　ばなな	魚介類･緑黄色やさい
3	水	おかし・やくると	☆ひなまつりランチ☆	さくらもち・ぜりー				
4	木	ばなな・おれんじ	はくさいととりにくのかれーくりーむ煮 ★まめいりひじきサラダ　りんご	きなこどーなつ	あぶら　ばたー　こむぎこ しろすりごま　まよねーず	とりにく　ぎゅうにゅう　はむ 芽ひじき　だいず　ちーず	はくさい　しめじ　にんじん　ぱせり　りんご	魚介類・やさい
5	金	りんご・うえはーす	★なっとうぎょうざ　いりたまあえ ★ごもくみそしる　みかん	★ちぇるしーとーすと	ぎょうざのかわ　あぶら さとう	ひきわりなっとう　たまご ぶたにく　みそ　もめんどうふ	こねぎ　ほうれんそう　はくさい　にんじん　ごぼう かぼちゃ　こねぎ　みかん	乳製品・いも類
6	土	おかし ぎゅうにゅう	ちゅうかやきそば ゆばサラダ　ばなな	おかし	やきそばめん　ごまあぶら	ぶたにく　ゆば　つな	にんじん　はくさい　もやし　にら　にんにく きゃべつ　きゅうり　ばなな	海藻類・かんきつ類
8	月	２色くらっかー のむよーぐると	ほうれんそうのきっしゅ　みるくすーぷ ★ぽてとサラダ　りんご	にくまん	あぶら　じゃがいも まよねーず	たまご　べーこん　ちーず 牛乳　生くりーむ　うぃんなー	ほうれんそう　たまねぎ　ぱせり　にんじん　きゅうり きゃべつ　りんご	大豆製品・ナッツ類
9	火	おかし みるくここあ	やさいのおからあん あまずきゃべつ　★いちご	ふかりんとう・ばなな	あぶら　さとう	ぶたにく　おから	だいこん　にんじん　なましいたけ　さやいんげん きゃべつ　もやし　いちご	乳製品･緑黄色やさい
10	水	おかし はちみつりんご	☆なかよしえんそく☆	くりーむぱん				
11	木	ぷちぜりー・いちご	さばのさつまあげ　とまとかりふらわー はなっこりーのにびたし　おれんじ	★たこやき	さとう　かたくりこ　あぶら	さばミンチ　とりミンチ　みそ すきむみるく　たまご　ちくわ	たまねぎ　ごぼう　にんじん　れんこん　しょうが はなっこりー　きゃべつ　かりふらわー　おれんじ	大豆製品・葉もの
12	金	すなっくぱん ほっとみるく	にぶた　よしのじる　ばなな こまつなとあぶらあげのあまからいため	れんこんべーこん むすび	さとう　あぶら　さといも かたくりこ	ぶたにく　とりにく あぶらあげ	しょうが　にんじん　たまねぎ　りんご　こまつな にんにく　だいこん　こねぎ　ばなな	たまご・かんきつ類
13	土	おかし ぎゅうにゅう	のっぺいうどん あーもんどあえ　りんご	おかし	うどん　板こんにゃく　さとう 片栗粉　あーもんどぷーどる	なまあげ	にんじん　ごぼう　しめじ　こねぎ　きゅうり　もやし りんご	肉類・緑黄色野菜
15	月	りんご・うえはーす	さわらのごまみそやき　ちくぜんに ゆでぶろっこりー　いちご	★ふらいどぽてと	さとう　しろすりごま さといも　あぶら	さわら　みそ　とりにく	にんじん　れんこん　ほししいたけ　ぶろっこりー ゆかり　いちご	海藻類・やさい
16	火	まかろにの あべかわ	なまあげのやさいあんかけ きりぼしだいこんのあえもの　ばなな	★いちごだいふく	さとう　あぶら　かたくりこ	なまあげ　わかめ	にんじん　もやし　ちんげんさい　たけのこ きりぼしだいこん　きゅうり　さやいんげん　ばなな	たまご・いも類
17	水	ぼいるうぃんなー	★ちきんちきんごぼう　★たまごすーぷ はくさいとべーこんのサラダ　おれんじ	２しょくごまらすく	かたくりこ　あぶら　さとう まよねーず	とりにく　べーこん かつおぶし　たまご	ごぼう　さやいんげん　白菜　人参　にんにく　大根 ほうれん草　こーん　くりーむこーん　生姜　おれんじ	大豆製品・淡色野菜
18	木		☆おたのしみランチ☆		♪お誕生会の日の☆ちょっとかわいい☆ランチです。3～5 歳児さんは、ご飯がいります。♪			
19	金	おかし きなこみるく	★だいずいりかれー えびのはるさめサラダ　りんご	★おたのしみくっきー	あぶら　じゃがいも　はるさめ ごま油　くろざとう　しろごま	だいず　ぎゅうにく　えび なまくりーむ　はむ	にんじん　たまねぎ　ほうれんそう　にんにく　みずな れもんじる　りんご	海藻類・かんきつ類
22	月	２色くらっかー ぶどうじゅーす	とりにくのますたーどまよやき　せとみ だいこんとつなのにもの　みそしる	ぽてとぼーる	さとう　まよねーず いたこんにゃく	とりにく　つな　ぶたにく なまくりーむ　みそ　木綿豆腐	ぱせり　だいこん　ほししいたけ　えのきたけ たまねぎ　ごぼう　せとみ	魚介類･緑黄色やさい
23	火	ばなな・おれんじ	こうやどうふのあまず煮 こまつなのじゃこあえ　いちご ★こうりんらーめん こまつなのじゃこあえ　いちご	おまめたると	かたくりこ　あぶら　さとう ちゅうかめん　さとう	こうやどうふ　ぶたにく しらすぼし ぶたにく　あかみそ しらすぼし	たまねぎ　にんじん　たけのこ　えだまめ　こまつな きゃべつ　いちご しょうが　にんにく　もやし　こーん　こねぎ こまつな　きゃべつ　いちご	乳製品・ごま・ナッツ
24	水	しゅがーとーすと ほっとみるく	だいこんのかにたまあんかけ こんこんあえ　ばなな	★あじさいぜりー	さとう　かたくりこ　あぶら	たまご　かにかま　あぶらあげ	だいこん　たけのこ　こねぎ　きゃべつ　きゅうり にんじん　たまねぎ　ばなな	肉類・かんきつ類
25	木	ばなな・いちご	★さつまいものぐらたん みそまよねーずサラダ　おれんじ	おいわいけーき	さつまいも　あぶら　こむぎこ ばたー　まよねーず	とりにく　ぎゅうにゅう　つな ちーず　しろみそ	たまねぎ　まっしゅるーむ　ぐりんぴーす　にんじん ほうれんそう　もやし　おれんじ	大豆製品･淡色やさい
26	金	おかし やくると	赤飯 （年長組はお赤飯のお土産が出ます） さけのからあげなめたけおろしあん だいずとこんさいのきんぴら　いちご	しょこらさんらいず	こめ・もち米　くろごま こむぎこ　あぶら　さとう ごまあぶら	あずき　さけ　だいず	だいこん　なめたけ　こねぎ　ごぼう　れんこん にんじん　いちご	海藻類･緑黄色やさい
29～31	月～水	おかし ぎゅうにゅう	☆年度末特別保育☆	おかし	♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持って来ましょう♪			