

令和7年度

# 2月 献立表

匹見保育所  
調理師 坂本 まゆみ

月	火	水	木	金	土
2	3 節分会	4	5	6	7
ご飯 肉じゃが 小松菜の玉子とし きのこの味噌汁 くだもの ----- パウンドケーキ	ご飯 鬼さんハンバーグ・ブロッコリー 白和え すまし汁 くだもの ----- きな粉団子	ご飯 魚のチーズ焼き・ブロッコリー れんこんのきんぴら 豚汁 ----- おにぎり	ご飯 野菜炒め 根菜の煮物 麩とわかめの味噌汁 ----- ラスク	ご飯 松風焼き ほうれん草のコーン炒め 納豆和え 玉子スープ ----- ヨーグルト	中華丼 酢の物 味噌汁 くだもの ----- ホットケーキ
9	10	11	12	13	14
五目炊き込みご飯 鶏肉の胡麻みそ焼き ブロッコリー ポテトサラダ すまし汁 ----- マシュマロおこし	ご飯 魚フライ・マカロニポリタン ほうれん草の磯和え けんちん汁 ----- 蒸しパン	 建国記念の日	パン ソーセージとじゃが芋のフリッター ブロッコリーのサラダ コーンスープ ----- おやき	ご飯 ほうれん草とベーコンのチーズ焼き ツナサラダ ホワイトシチュー ----- くだもの	スパゲティーミートソース サラダ 野菜スープ くだもの ----- ホットケーキ
16	17	18	19	20	21
わかめご飯 八宝菜 かぶの酢の物 ふわふわスープ くだもの ----- おにぎり	ご飯 鶏肉のコーンフレーク焼き ブロッコリー マカロニサラダ ポトフ ----- おやき	ご飯 魚の胡麻マヨ焼き ブロッコリー ほうれん草の胡麻和え 芋煮汁 ----- くだもの	ご飯 麻婆豆腐 白菜の酢の物 玉葱の味噌汁 くだもの ----- ヨーグルト	ご飯 鶏の唐揚げ・ブロッコリー 切り干し大根の煮物 青菜の味噌汁 ----- おにぎり	ハヤシライス サラダ くだもの ----- ホットケーキ
23	24	25 誕生会	26	27	28
 天皇誕生日	 お弁当の日 ----- 大学芋	チキンライス ミートボール・ブロッコリー コーンサラダ 玉子スープ くだもの ----- カップケーキ	ご飯 お好み風玉子焼き・胡麻人参 チンゲン菜の炒め物 大根と油揚げの味噌汁 ----- パン	カレーライス ハムカツ風焼き コールスローサラダ くだもの ----- マシュマロおこし	きつねうどん 煮物 くだもの ----- ホットケーキ



節分を過ぎると暦の上では春ですが、まだまだ寒さと空気の乾燥が気になる季節です。  
手洗い、うがいも大切ですが、食生活も旬の食材を取り入れて、バランスの良い食事で免疫をアップして  
丈夫な体づくりをしましょう。

「畑のお肉」 大豆には良質なタンパク質が多く含まれています。みそ、豆腐、納豆など毎日の食事に積極的に取り入れていきましょう。



食材の都合によりメニューの変更もあります。