2024年 2月　　予定献立表　　うるま市役所/つくしんぼ保育園

月	火	水	木	金	土
			1 胚芽ご飯 鮭グラタン ブロッコリー炒め 豆腐の味噌汁 果物 おかずパン EM牛乳	2 鬼さんカレー 春雨サラダ 鬼オンスープ 果物 節分豆 ぽーぽー りんごカルゲン	3 胚芽ご飯 豚肉の生姜焼き 大根の梅肉和え 椎茸の中華風スープ 果物 肉まん ココア豆乳
5 タコライス とうもろこし 野菜スープ 果物 カルシウムパン 豆乳	6 胚芽ご飯 鯖の味噌煮 大根の豚肉炒め 青菜の味噌汁 果物 もずくのひらやーちー	7 胚芽ご飯 タンドリーチキン ごまじゃこサラダ もずく汁 果物 スコーン EM牛乳	8 胚芽ご飯 白身魚の磯焼き ひじき炒め 玉ねぎの味噌汁 果物 おいも蒸しパン EM牛乳	9 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト じゅーしーおにぎり	10 ハヤシライス 春雨ナムル とろろ昆布汁 果物 園内研修
12 振替休日	13 胚芽ご飯 麻婆豆腐 大根サラダ わかめスープ 果物 ふむふむ 豆乳	14 胚芽ご飯 チキンのごまだれ焼き 人参しりしりー 豚汁 果物 シリアルクッキー EM牛乳	15 胚芽ご飯 魚の甘酢あんかけ ピーマンの細切り炒め そうめん汁 果物 プリン リッツサンド	16 食パン ハンバーグ キャベツサラダ クリームシチュー 果物 おにぎり（ツナみそ）	17 五目ご飯 肉だんご もずく和え 豆苗スープ 果物 ホットケーキ カルゲン
19 納豆ご飯 切り干し大根サラダ イナムドゥチ 果物 ツナコーントースト EM牛乳	20 胚芽ご飯 鮭の西京焼き くーぶいりちー きのこスープ 果物 アガラサー EM牛乳	21 おべんとう お誕生日ケーキ （ブラウニー） ぶどうジュース	22 胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼き トマトと胡瓜の和え物 なめこの味噌汁 果物 くずもち	23 天皇誕生日	24 胚芽ご飯 肉じゃが マカロニサラダ 小松菜の味噌汁 果物 アメリカンドッグ りんごカルゲン
26 もずく丼 ブロッコリーのおかか和え ゆし豆腐 果物 じゃこトースト EM牛乳	27 胚芽ご飯 チキンのトマト煮 カボチャサラダ 卵スープ 果物 ピザポテト	28 胚芽ご飯 みそマヨ焼き きんぴら炒め 麩の清まし汁 果物 ソフトパン EM牛乳	29 胚芽ご飯 豆腐のカレーあんかけ ひじきともやしサラダ 冬瓜の味噌汁 果物 たかはしもち		

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2024年 2月

日付	曜	hake		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	木	鮭　デリカウィンナー　絹ごし豆腐　普通牛乳　　EM牛乳　ピザ用チーズ	胚芽米　もちきび　米粒麦　薄力粉　無塩バター　ホットケーキミックス	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ　人参　わかめ　にんにく　果物
2	金	鶏挽肉　ウィンナー　ちくわ　ツナ　ベーコン	精白米　じゃがいも　油　薄力粉　有塩バター　とんがりコーン　油　ごま油　片栗粉　ちんびんミックス	人参　玉葱　緑豆春雨　もやし　きゅうり　果物　じゃりまめ　りんごカルゲン
3	土	豚肩ﾛｰｽ　卵　ココア豆乳	精白米　本みりん　片栗粉　三温糖　ごま油　肉まん	玉ねぎ　大根　きゅうり　玉ねぎ　干し椎茸
4	日			
5	月	合挽ミンチ　プロセスチーズ　ベーコン　スキムミルク　生クリーム　豆乳	精白米　食パン　三温糖　果物	玉ねぎ　レタス　トマト　とうもろこし　キャベツ　人参　果物
6	火	鯖　豚バラ肉　油揚げ　ツナ　卵	胚芽米　もちきび　米粒麦　本みりん　三温糖　薄力粉	生姜　大根　人参　こんにゃく　さやいんげん　干し椎茸　小松菜　果物　もずく　ニラ
7	水	鶏モモ正肉　プレーンヨグルト　しらす　かまぼこ　卵　EM牛乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　本みりん　三温糖　ごま油　片栗粉　薄力粉　無塩バター	にんにく　キャベツ　人参　胡瓜　白ごま　もずく　生姜　果物
8	木	ホキ　油揚げ　ポーク　普通牛乳　EM牛乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　薄力粉　本みりん　サラダ油　ホットケーキミックス　三温糖	青のり　干しひじき　キャベツ　人参　しらたき　干し椎茸　ニラ　玉ねぎ　しめじ　わかめ　果物　さつまいも
9	金	三枚肉　かまぼこ　豚ガラ　沖縄豆腐　ツナ　固形ヨーグルト	沖縄そば　本みりん　三温糖　精白米	玉ねぎ　しょうが　人参　ねぎ　きゅうり　小松菜　干し椎茸　しめじ
10	土	牛肩ロース　ロースハム	精白米　ごま油　三温糖	玉ねぎ　人参　エリンギ　緑豆春雨　もやし　胡瓜　とろろ昆布　しめじ　ねぎ　果物
11	日			
12	月			
13	火	沖縄豆腐　豚挽肉　ﾂﾅ缶　スキムミルク　生クリーム　豆乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　三温糖　白ごま	長ねぎ　ニラ　生姜　にんにく　大根　胡瓜　乾燥わかめ　えのき　ねぎ　人参　果物
14	水	鶏モモ肉　味噌　卵　豚バラ肉　普通牛乳　無塩バター　EM牛乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　　三温糖　すりごま　本みりん　油　ホットケーキミックス粉　チョコクリスピー	人参　ピーマン　玉ねぎ　大根　干椎茸　ねぎ　果物
15	木	赤魚　豚モモ肉　（乾）そうめん　クリームチーズ	薄力粉　片栗粉　油　三温糖　オイスターソース　プリン　リッツクラッカー　いちごジャム	玉ねぎ　ピーマン　人参　もやし　たけのこ　しめじ　ねぎ　果物
16	金	合挽肉　卵　鶏モモ肉　味噌　ツナ缶　普通牛乳　固形ヨーグルト	食パン　油　パン粉　三温糖　オリーブ油　じゃがいも　シチュールゥ　精白米	玉葱　キャベツ　コーン缶　ねぎ　胡瓜　　干椎茸　人参　焼きのり　果物
17	土	ツナ缶　肉だんご　ベーコン　卵　普通牛乳　カルゲン	精白米　ウスターソース　本みりん　三温糖　油　ホットケーキ粉	人参　干しひじき　しめじ　ねぎ　もずく　胡瓜　豆苗　果物
18	日			
19	月	納豆　ツナ缶　豚もも肉　かまぼこ　イナムドゥチ味噌　EM牛乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　油　白ごま　片栗粉　食パン　三温糖	のり佃煮　切り干し大根　胡瓜　人参　こんにゃく　干し椎茸　ねぎ　パセリ　果物
20	火	鮭　味噌　チキアギー　ベーコン　普通牛乳　EM牛乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　三温糖　本みりん　ちんびんミックス　油	生姜　刻み昆布　干し椎茸　人参　ニラ　玉ねぎ　しめじ　果物
21	水	無塩バター　卵	三温糖　薄力粉　バニラエッセンス　ココア粉	クルミ　幼児ぶどうジュース
22	木	鶏モモ肉　しらす　絹ごし豆腐　味噌　きな粉	胚芽米　もちきび　米粒麦　薄力粉　いもくず　タピオカ粉　黒砂糖粉　三温糖	胡瓜　乾燥わかめ　トマト　なめこ　ねぎ　果物
23	金		天皇誕生日	
24	土	豚肩ﾛｰｽ　卵　ロースハム　油揚げ　味噌　りんごカルゲン	胚芽米　もちきび　米粒麦　じゃがいも　本みりん　三温糖　マカロニ　マヨネーズ　アメリカンドック	玉ねぎ　人参　いんげん　しらたき　胡瓜　コーン缶　小松菜　果物
25	日			
26	月	豚ひき肉　ゆし豆腐　味噌　しらす　ピザ用チーズ　EM牛乳	精白米　三温糖　食パン　マヨネーズ	もずく　ピーマン　コーン缶　人参　生姜　ブロッコリー　キャベツ　ねぎ　果物
27	火	鶏ﾓﾓ肉(皮無)　ロースハム　卵　ピザ用チーズ	胚芽米　もちきび　米粒麦　三温糖　片栗粉　マヨネーズ　ハッシュポテト　ピザ用ソース　マカロニ	玉ねぎ　人参　トマト缶　にんにく　生姜　かぼちゃ　胡瓜　乾燥わかめ　ねぎ　パセリ　果物
28	水	ホキ　味噌　豚肩ロース　普通牛乳　EM牛乳	胚芽米　もちきび　米粒麦　マヨネーズ　本みりん　いりごま　おつゆ麩　ポンデQミックス　ホットケーキ粉	しらたき　ごぼう　人参　椎茸　ニラ　えのき　乾燥わかめ　ねぎ　果物
29	木	豚ひき肉　沖縄豆腐　ツナ缶　ポーク缶　きな粉　味噌	胚芽米　もちきび　米粒麦　片栗粉　三温糖　サツマイモ　もち粉　麦粉	玉葱　人参　しめじ　さやいんげん　干しひじき　もやし　胡瓜　冬瓜　乾燥わかめ　ねぎ　果物

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。