



# 0～1才食献立表

2025年2月 こぐま保育園 給食室

冬は気温も低く、乾燥もするので風邪をひきやすくなります。風邪をひくことで免疫を獲得していき、後々丈夫な子に育っていきます。

風邪をひいたら・・・  
保温・安静・十分な睡眠・水分を取り、バランスの良い食事・室内の空気の乾燥などに気をつけましょう。

## 今月の予定

### 2月 3日(月)・・・節分

豆にみたてた「きなこボールクッキー」をいただきます。

### 2月 7日(月)・・・石狩鍋

どんどんさんが、「石狩鍋」のクッキングをします。昼食メニューが変更になります。

- ・ 御飯
- ・ 石狩鍋
- ・ 金時豆の煮豆
- ・ 小松菜のお浸し

### 2月 21日(金)・・・誕生会

軽食をお祝いメニューに変更です。

ココアケーキ・フルーツ・牛乳

フルーツは、いちご・みかん・りんご です。

	朝のおやつ	後期後半食 昼食	完了食 昼食	一才児食 昼食	後期後半食 軽食	完了・一才児食 軽食
3月 17	クラッカー 牛乳	軟飯 同 右	同 右	御飯 味噌汁(玉葱・わかめ) マーボー豆腐 大根の煮物 チンゲンサイのお浸し	きなこボールクッキー かぶの煮物 ミルク100cc おからケーキ かぶの煮物 ミルク100cc	きなこボールクッキー 炒り子 牛乳 フルーツ おからケーキ 炒り子 フルーツ 牛乳
4月 18	せんべい 牛乳	軟飯 同 右	同 右	チキンハヤシライス 牛乳 トマト スティック胡瓜	ココア蒸しパン 冬瓜の煮物 ミルク100cc	ココア蒸しパン 炒り子 フルーツ お茶
5月 19	ふかし芋 牛乳	鶏肉の味噌漬け焼き→豆腐のひき肉あんかけ	鶏肉の味噌漬け焼き→豆腐のひき肉あんかけ	きつねうどん 鶏肉の味噌漬け焼き 大根と胡瓜とハムのサラダ	柔らかちらし寿司 人参の煮物 ミルク100cc	ちらし寿司 フルーツ 牛乳
6月 20	クラッカー 牛乳	軟飯 醬肉→鶏肉団子 白滝→南瓜の煮物	醬肉→鶏肉団子 白滝→南瓜の煮物	御飯 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 醬肉(ジャンロー) 白滝のたらこ和え ほうれん草の胡麻和え	チーズ入れ茶まんじゅう さつまいもの煮物 ミルク100cc	チーズ入り茶まんじゅう フルーツ 牛乳
7月 21	ビスケット 牛乳	軟飯 同 右	同 右	御飯 味噌汁(白菜・玉葱) 鮭の塩焼き 粉ふき芋 小松菜のお浸し	サンドウィッチ 大根の煮物 ミルク100cc 誕生会 大根の煮物 ミルク100cc	サンドウィッチ フルーツ 牛乳 誕生会
8月 22	せんべい お茶	軟飯 鶏肉の黒糖煮→鶏肉団子	鶏肉の黒糖煮→鶏肉団子	御飯 味噌汁(えのき・麩・長葱) 鶏肉の黒糖煮 さつま芋の甘煮 ほうれん草のお浸し	チンスコウ じゃが芋の煮物 ミルク100cc	チンスコウ フルーツ お茶
10月	クラッカー 牛乳	軟飯 ひらまさ→白身魚 切干大根→大根と人参のキンピラ	ひらまさ→白身魚 切干大根→大根と人参のキンピラ	御飯 味噌汁(わかめ・もやし) ひらまさの照り焼き 切干大根の煮つけ 小松菜のお浸し	柔らか洋風焼きおにぎり 南瓜の煮物 ミルク100cc	洋風焼きおにぎり フルーツ 牛乳
25日	せんべい 牛乳	軟飯 鯖→白身魚 れんこん→さつま芋の煮物	鯖→白身魚 れんこん→さつま芋の煮物	御飯 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 鯖の塩焼き れんこんの煮物 ほうれん草の胡麻浸し	柔らかスパゲティミートソース 大根の煮物 ミルク100cc	スパゲティミートソース 炒り子 フルーツ 牛乳
12月 26	クラッカー 牛乳	鶏肉の唐揚げ→鶏肉団子	鶏肉の唐揚げ→鶏肉団子	パン 野菜スープ 鶏肉の唐揚げ トマト キャベツの塩もみ	柔らかわかめおにぎり かぶの煮物 ミルク100cc	わかめおにぎり フルーツ 牛乳
13月 27	ビスケット 牛乳	軟飯 焼売→皮無し ひじき→大根と人参のキンピラ	焼売→皮無し ひじき→大根と人参のキンピラ	御飯 味噌汁(絹豆腐・えのき) 焼売 ひじきの煮物 ブロッコリーの塩ゆで	抹茶蒸しパン じゃが芋の煮物 ミルク100cc	抹茶蒸しパン フルーツ 牛乳
14月 28	ふかし南瓜 牛乳	軟飯 同 右	同 右	御飯 味噌汁(しめじ・玉葱) ハンバーグ 人参の含め煮 ほうれん草のお浸し	さつま芋とチーズの重ね蒸し 茄子の煮物 ミルク100cc	さつま芋とチーズの重ね蒸し 牛乳 フルーツ
1月 15	せんべい お茶	軟飯 同 右	同 右	御飯 味噌汁(しめじ・玉葱) 鯖の味噌漬け焼 南瓜の煮物 小松菜のお浸し	米粉のケーキ(オレンジ) 冬瓜の煮物 ミルク100cc	米粉のケーキ(オレンジ) フルーツ お茶

行事、材料の都合などにより献立変更をする事がありますのでご了承ください。

2月と3月で各おうちから出してもらった、人気のリクエスト献立をいれています。

**ココア蒸しパン(うみのリクエスト) チキンカレー(もりのリクエスト)※1歳児はチキンハヤシライス。**