



## 2月献立表



2025年2月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材 料 名				(○はおやつ材料)
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 热と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料	
1 土	五目ごはん 豆腐わかめスープ	○・○・○	沖縄豆腐、鶏もも肉	米	にんじん、しめじ、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、食塩	
3 月 4 火	ごはん 厚揚げそぼろ煮 おかか和え 鶏肉スープ	保育乳 寿司おにぎり	保育乳、厚揚げ、豚ひき肉、鶏もも肉、大豆水煮、○油揚げ、みそ	○米、米、○三温糖、油、○白ごま、砂糖	たまねぎ、だいこん、ごまつな、キャベツ、にんじん、たけのこ(ゆで)、ピーマン、長ねぎ、ひじき、しょうが、○味付けのり	みりん、しょうゆ、○酢、○しょうゆ、○みりん、○食塩、食塩	
5 水	ごはん 豚と野菜しようが焼き ポテトフライ 大根みそ汁	保育乳 みそボーボー <sup>バナナ</sup>	保育乳、○調製豆乳、豚肉、みそ、○ツナ油漬缶、○みそ	じゃがいも、米、○小麦粉、揚げ油、油、○砂糖、三温糖、○油、片栗粉	○バナナ、だいこん、たまねぎ、ごまつな、にんじん、えのきたけ、赤ピーマン、黃ピーマン、しめじ、しょうが、○しょうが、カットわかめ	しょうゆ、○みりん	
6 木	チキンカレー ウィンナー <sup>ブロッコリー</sup> サラダ	保育乳 豆乳くずもち <sup>黄桃</sup>	保育乳、○調製豆乳、鶏もも肉、ウインナー、○きな粉	米、じゃがいも、○タビオカ粉、○黒砂糖	○もも缶、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ	カレールウ、和風ドレッシング	
7 金	麦ごはん 昆布納豆 切干大根と豚肉の炒め物 鶏のみそ汁	保育乳 田芋スウィートポテト <sup>タンカン</sup>	保育乳、挽きわり納豆、鶏もも肉、豚肉、みそ、○調製豆乳	米、○田芋、○さつまいも、○生クリーム、○三温糖、押麦、ごま油、砂糖	○タンカン、にんじん、だいこん、たまねぎ、ビーマン、コーン缶、ねぎ、切り干しだいこん、○マーマレード、黒きくらげ、塩こんぶ	みりん、しょうゆ	
8 土	野菜みそラーメン 鶏肉の照り焼き オレンジ	保育乳 人参昆布おにぎり	保育乳、鶏もも肉、豚肉、みそ	ゆで中華めん、○米、砂糖	オレンジ、にんじん、もやし、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、赤ピーマン、○にんじん、にら、○塩こんぶ、しょうが	しょうゆ、みりん、食塩	
10 月	ドライカレー パイン缶		豚ひき肉、鶏ひき肉	米	たまねぎ、パン缶、にんじん、ピーマン、にんにく	カレールウ、ケチャップ、ウスターソース	
11 火	<b>建国記念の日</b>						
12 水	ごはん バーベキューチキン ごま和え 豚汁	保育乳 黄桃蒸しケーキ <sup>ハナナ</sup>	保育乳、鶏もも肉、○調製豆乳、みそ、豚肉、○こしあん(生)	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○油、○砂糖、砂糖、すりごま、油	○バナナ、にんじん、もやし、ごまつな、○もも缶、ごぼう、たまねぎ	ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース、みりん	
13 木	そぼろ(四色)どんぶり ブロッコリーサラダ オレンジ	保育乳 チキンライスおにぎり	保育乳、豚ひき肉、○鶏もも肉	米、○米、油、○油、すりごま、○砂糖、砂糖	にんじん、ごまつな、オレンジ、ブロッコリー、コーン缶、○たまねぎ、○にんじん、しょうが	○ケチャップ、みりん、しょうゆ、○みりん、○ソース、○ケチャップ、油、食塩、和風ドレッシング	
14 金	ごはん 魚の甘辛煮 もずくチャンブルー 青菜すまし汁	保育乳 ブラウニー	保育乳、白身魚(キング)、○卵、豚肉	米、○砂糖、○小麦粉、○無塩バター、揚げ油、片栗粉、○コーンフレーク、砂糖、油、○粉糖	キャベツ、だいこん、ごまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、もずく、ピーマン	みりん、しょうゆ、食塩	
15 土	ピラフごはん 春雨野菜スープ		豚肉、沖縄豆腐	米、はるさめ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶	みりん、しょうゆ、コーンソース、食塩	
17 月	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 大根スープ	保育乳 さつま芋のボテトフライ <sup>タンカン</sup>	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○揚げ油、押麦、砂糖、油、片栗粉、○砂糖	○タンカン、だいこん、にんじん、ごまつな、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、黒きくらげ	みりん、しょうゆ、食塩	
18 火	たきこみごはん 鶏のみぞ焼き 野菜のツナ和え じゃが芋スープ	保育乳 ジャムサンド	保育乳、鶏もも肉、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	米、○食パン、じゃがいも、はるさめ、砂糖、白ごま、ごま油	にんじん、ごまつな、しめじ、たけのこ(ゆで)、○いちごジャム、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、食塩	
19 水	中華どんぶり ナムル オレンジ	保育乳 そぼろおにぎり	保育乳、豚肉、白身魚(キング)、○豚ひき肉、○鶏ひき肉	米、○米、砂糖、ごま油、片栗粉、○砂糖、揚げ油、油	オレンジ、にんじん、ごまつな、きゅうり、ヤングコーン、○たまねぎ、赤ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ、ひじき、○しょうが、しょうが	しょうゆ、○しょうゆ、○みりん、みりん、酢	
20 木	☆ お弁当会 ☆						
21 金	ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐みそ汁	保育乳 さつま芋蒸しケーキ <sup>りんご</sup>	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○調製豆乳、みそ、○こしあん(生)、油揚げ	米、○ホットケーキ粉、○さつまいも、はるさめ、○油、○砂糖、砂糖、片栗粉、ごま油、油	○りんご、たまねぎ、にんじん、ごまつな、きゅうり、パン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ	ケチャップ、しょうゆ、酢	
22 土	豚と野菜しようが焼きどんぶり 黄桃		豚肉	米、油、砂糖、片栗粉	もも缶、たまねぎ、ごまつな、にんじん、しめじ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ	
24 月	<b>振替休日</b>						
25 火	ごはん 鶏と厚揚げケチャップ煮 切干大根の和え物 キャベツすまし汁	保育乳 黒糖ちんすこう <sup>タンカン</sup>	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ	米、○小麦粉、○ラード、○三温糖、○黒砂糖、油、砂糖	○タンカン、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ごまつな、えのきたけ、生しいたけ、切り干しだいこん	ケチャップ、みりん、しょうゆ、ウスターソース、食塩	
26 水	インディアンスバゲティ ブロッコリーサラダ ポテトスープ	保育乳 わかめおにぎり	保育乳、調製豆乳、豚肉、ツナ油漬缶	○米、スパゲティー、じゃがいも、無塩バター、小麦粉、○白ごま、油	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ごまつな、えのきたけ、ピーマン、○わかめふりかけ、にんにく	和風ドレッシング、みりん、しょうゆ、コンソメ、食塩、カレー粉	
27 木	ごはん 高野豆腐含め煮 キャベツおかか和え さつま芋豚汁	保育乳 ごまスコーン <sup>りんご</sup>	保育乳、高野豆腐、鶏ひき肉、○ブレーンヨーグルト、豚肉、みそ、○卵	米、さつまいも、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、片栗粉、砂糖、○白ごま	○りんご、にんじん、ごまつな、だいこん、キャベツ	しょうゆ、みりん、食塩	
28 金	ウツチナーライス ミートローフ ゆでブロッコリー マカロニサラダ ワカメスープ	保育乳 お誕生ケーキ	保育乳、豚肉、豚ひき肉、○卵、○調製豆乳、ツナ油漬缶	米、○ホットケーキ粉、○三温糖、○くりの甘露煮、○無塩バター、○生クリーム、マヨネーズ、マカロニ、パン粉、砂糖、○砂糖	ブロッコリー、えのきたけ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ、カットわかめ	カレーパン、ケチャップ、みりん、しょうゆ、ウスターソース、食塩、和風ドレッシング	

☆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