



# 2月 献立表



2月の献立のテーマは「冬野菜をしっかりたべよう！」です

今月の旬の食材は・・・白菜・ほうれん草・れんこん・大根・ブロッコリーなど

日	曜	献立名	午後のおやつ
1	土	ポークビーンズ・キャベツの浸し・バナナ	市販菓子
3	月	小さいわしのから揚げ・野菜の煮つけ・茹ブロッコリー・バナナ	豆乳蒸しパン
4	火	あんかけ焼きそば・かえりの佃煮・りんご	マドレーヌ
5	水	けんちん汁・納豆の磯和え・柑橘類	おはぎ
6	木	味噌おでん・茹ブロッコリー・バナナ	シュガートースト
7	金	ミートローフ・茹キャベツ・茹ブロッコリー・柑橘類	ピーチケーキ
8	土	鶏肉のいなか煮・しらすと小松菜の和え物・バナナ	市販菓子
10	月	いかのマヨネーズ焼き・キャベツのレモン酢和え・にんじんの甘煮・バナナ	にんじんごはん
12	水	豚肉の生姜焼・茹キャベツ・ごぼうサラダ・りんご	ヨーグルトムース
13	木	焼魚・うの花炒り・はくさいとほうれん草のごまあえ・柑橘類	マカロニのあべかわ風
14	金	牛レバーのごまみそあえ・酢のもの・さつまいもの甘煮・バナナ	ブラウニー
15	土	筑前煮・キャベツの即席漬・柑橘類	お菓子
17	月	魚の五目あんかけ・茹ブロッコリー・さつまいもの甘煮・バナナ	洋風おこし
18	火	豆腐のまり揚げ・ごま酢あえ・粉ふきいも・柑橘類	トウモロコシ蒸しパン
19	水	肉うどん・大根の即席漬・りんご	マーブルケーキ
20	木	さばのみそ煮・れんこんのきんぴら・ほうれん草の浸し・バナナ	フライドおさつ
21	金	<b>お楽しみ献立 ※ご飯はいりません</b> ゆかりごはん・鶏肉の香味揚げ・スパゲティサラダ・人参のグラッセ・柑橘類	誕生日ケーキ
22	土	炒め豆腐・フライドポテト・バナナ	市販菓子
25	火	ホワイトシチュー・白菜とりんごのサラダ・バナナ	パインケーキ
26	水	ひじきのオムレツ・茹キャベツ・スパゲティソテー・柑橘類	シュガーパイ
27	木	ムニエル・れんこんのごまマヨサラダ・粉ふきいも・りんご	牛乳くずもち
28	金	れんこんドライカレー・大根の酢のもの・柑橘類 <b>※ご飯はいりません</b>	セサミトースト
29	土	高野豆腐の卵とじ・白菜の浸し・バナナ	市販菓子



## 2月 離乳献立表



日	曜	献立名
1	土	ポークスープ・キャベツの浸し・バナナ
3	月	白身魚の煮つけ・茹ブロッコリー・バナナ
4	火	あんかけ焼きそば・かえりのふりかけ・りんご
5	水	けんちん汁・納豆・柑橘類
6	木	おでん・茹ブロッコリー・バナナ
7	金	そばろスープ・茹ブロッコリー・柑橘類
8	土	鶏肉のいなか煮・小松菜の和え物・バナナ
10	月	白身魚のグリーンスープ・にんじんの甘煮・バナナ
12	水	ミートスープ・茹キャベツ・りんご
13	木	おからのスープはくさいとほうれん草のごまあえ・柑橘類
14	金	野菜スープ・さつまいもの甘煮・バナナ
15	土	筑前煮・キャベツの即席漬・柑橘類
17	月	白身魚の五目煮・茹ブロッコリーバナナ
18	火	豆腐スープ・マッシュポテト・柑橘類
19	水	肉うどん・大根の即席漬・りんご
20	木	白身魚の煮つけ・ほうれん草の浸し・バナナ
21	金	チキンスープ・人参の甘煮・柑橘類
22	土	炒め豆腐・マッシュポテト・バナナ
25	火	チキンとジャガイモのスープ・白菜のサラダ・バナナ
26	水	野菜の煮物・茹でキャベ・柑橘類
27	木	白身魚の煮つけ・コロコロポテト・りんご
28	金	そばろと野菜のコロコロ煮・だいこんの煮物・柑橘類
29	土	高野豆腐のスープ・白菜の浸し・バナナ

