



2月こんだて



熱量 425kcal タンパク質 15.8g

(あひる) 吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ		
14 ・ 28 (月)	ごはん お好みビーフン りんご 味噌汁	米 豚肉 キャベツ ビーフン 人参 ピーマン 舞茸 胡麻油 醤油 油 りんご 大根 さつま揚げ 青葱 昆布 味噌	7 ・ 21 (月)	ごはん ☆鱈のバター醤油焼き 煮物 味噌汁	米 鱈 小麦粉 バター 醤油 薩摩芋 大根 人参 蓮根 グリンピース 砂糖 醤油 ソーメン 人参 法蓮草 昆布 味噌	バナナ 胡麻スティック 牛乳	
1 ・ 15 (火)	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニの ケチャップ炒め 味噌汁	米 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 マカロニ 人参 玉葱 コーン ピーマン ケチャップ コンソメ 麩 しめじ わかめ 昆布 味噌	8 ・ 22 (火)	具だくさんうどん ひじきサラダ	うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 キャベツ 胡瓜 人参 ひじき 砂糖 醤油 コーン マヨネーズ	☆五平餅 米 味噌 砂糖 みりん すり胡麻 牛乳	
2 ・ 16 (水)	ハヤシライス 野菜サラダ	米 牛肉 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 ハヤシルウ コンソメ 小麦粉 油 キャベツ 法蓮草 人参 胡瓜 ベーコン 砂糖 醤油 酢 胡麻油			ジャムサンド 食パン 苺ジャム 牛乳		
17 (木)	ごはん 煮魚 五目豆 味噌汁	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 水煮大豆 竹輪 ごぼう 人参 こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 油 ソーメン なめこ 小松菜 昆布 味噌	10 ・ 24 (木)	ごはん タンドリーチキン ブロッコリーソテー 味噌汁	米 鶏もも肉 ヨーグルト ケチャップ カレールウ 醤油 ブロッコリー カリフラワー 人参 玉葱 シーチキン缶 コンソメ 油 薄口醤油 薩摩芋 青梗菜 えのき 昆布 味噌	(10日) マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ (24日) ふわふわデニッシュ 牛乳	
4 ・ 18 (金)	ごはん 竹輪の磯辺揚げ 胡麻和え のっぺい汁	米 竹輪 米粉 卵 片栗粉 水 青のり 油 白菜 人参 胡瓜 かまぼこ もやし 胡麻 砂糖 醤油 鶏こま 大根 人参 里芋 こんにゃく 昆布 鰹節 薄口醤油 片栗粉		25 (金)	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 めざし 味噌汁	米 豚ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 油 砂糖 醤油 めざし 白菜 人参 青葱 昆布 味噌	きな粉蒸しパン 小麦粉 牛乳 ベーキングパウダー 砂糖 きな粉 牛乳
5 ・ 19 (土)	わかめうどん じゃが芋のおかか和え	うどん わかめ 砂糖 醤油 かまぼこ 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 鰹節		12 ・ 26 (土)	かしわうどん ☆里芋のサラダ	うどん 鶏肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 里芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ すり胡麻	黒糖ロールパン 牛乳
備 考	3日(木)節分 *散らし寿司 *煮魚 *五目豆 *澄まし汁	米 じゃこ 高野豆腐 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 海苔 酢 砂糖 塩 たら 砂糖 醤油 水煮大豆 竹輪 ごぼう 人参 こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 油 白菜 なめこ わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	(おやつ) *きな粉ボーロ *みかん *牛乳	9日(水)お弁当保育 *豚汁 豚肉 大根 人参 キャベツ ごぼう 青葱 しめじ こんにゃく 油揚げ 昆布 味噌 *牛乳	16日(水)お誕生日会 		

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。
*☆マークは、新メニューです。

*保育園では、あひるぐみは発芽玄米、麦は食べにくいので抜いています。