

2月こんだて



熱量 450 kcal タンパク質 16.0 g (あひる) 吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
1	ごはん 鶏のごま煮	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 すり胡麻	お好み焼き 小麦粉 きゃべつ 豚肉 卵 長芋	8	ごはん お好みビーフン	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	人参ケーキ 小麦粉 砂糖 卵 油 人参 ベーキングパウダー
15	卵の花	おから 人参 白菜 油揚げ こんにゃく 青葱 砂糖 醤油 胡麻油 みりん	だし 花鰹 青のり ソース	22	りんご	りんご	
(月)	味噌汁	薩摩芋 えのき 小松菜 昆布 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	卵 人参 法蓮草 昆布 味噌	牛乳
2	ごはん 肉じゃが	米 牛肉 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース	ちんすこう 小麦粉 砂糖 油	9	きつねうどん	うどん 油揚げ 砂糖 醤油 法蓮草 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	青菜とじゃこのおにぎり 米 ちりめんじゃこ 小松菜 人参 砂糖 醤油 白胡麻 牛乳
16	めざし	めざし		(火)	☆じゃが芋の胡麻ド レッシング和え	じゃが芋 ごぼう 人参 豚肉 砂糖 醤油 酢 胡麻油 マヨネーズ すり胡麻	
(火)	吉野汁	大根 人参 里芋 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油 片栗粉	牛乳	(火)			
17	ごはん 鮭の照り焼き	米 鮭 みりん 酒 醤油	フルーツサンド 食パン 生クリーム いちご パナナ	24	ごはん ☆鯖の竜田揚げ	米 鯖 酒 みりん 醤油 片栗粉 油	五穀パン
(水)	野菜の胡麻和え	キャベツ 人参 もやし かまぼこ 砂糖 醤油 すり胡麻	牛乳	(水)	ナムル	法蓮草 白菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 胡麻油 白胡麻	
	味噌汁	ソーメ 玉葱 油揚げ 昆布 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	豆腐 人参 玉葱 昆布 味噌	牛乳
4	ごはん ツナ入り玉子焼き	米 卵 シーチキン 人参 玉葱 みりん 砂糖 醤油 油	開口笑 小麦粉 ラード ベーキングパウダー	25	☆親子丼	米 鶏こま肉 玉葱 人参 いんげん 卵 醤油 砂糖 みりん 油	スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖
18	野菜のポトフ風煮	大根 玉葱 人参 ウィンナー コンソメ	砂糖 卵 白胡麻 油	(木)	五目豆	水煮大豆 竹輪 ごぼう こんにゃく 人参 昆布 砂糖 醤油 油	
(木)	味噌汁	麩 もやし 青葱 昆布 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	白菜 わかめ なめこ 昆布 味噌	牛乳
5	ハヤシライス	米 豚肉 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 ハヤシルウ 小麦粉 コンソメ 油	☆ココアトースト 食パン グラニュー糖 ココア マーガリン	12	ごはん 豆腐ハンバーグ	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	蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー
19	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 ハム 砂糖 醤油 酢 胡麻油 白胡麻	牛乳	26	野菜のケチャップ炒め	キャベツ 人参 玉葱 コーン コンソメ ケチャップ 油	
(金)				(金)	味噌汁	大根 しめじ わかめ 昆布 味噌	牛乳
6	わかめうどん	うどん わかめ 砂糖 醤油 かまぼこ 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	黒糖ロールパン	13	野菜うどん	うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 もやし 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	バターロールパン
20	かぼちゃサラダ	南瓜 人参 玉葱 マヨネーズ	牛乳	27	薩摩芋の土佐煮	薩摩芋 砂糖 醤油 鰹節	
(土)				(土)			牛乳
備考	3日(水)節分 *散らし寿司(乳児) 米 じゃこ 高野豆腐 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 *手巻き寿司(幼児) 海苔 酢 砂糖 塩 *煮魚 たら 砂糖 醤油 *野菜の胡麻和え キャベツ 人参 もやし かまぼこ 砂糖 醤油 すり胡麻 *澄まし汁 ソーメン 玉葱 油揚げ 昆布 鰹節 薄口醤油 (おやつ) *きな粉ボーロ *みかん *牛乳			10日(水)お弁当保育 *豚汁 豚肉 大根 人参 きゃべつ ささがきごぼう しめじ こんにゃく 昆布 味噌 *牛乳			

*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。