



2月こんだて



熱量 422kcal タンパク質 16.9g

(あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
26	ごはん 豚と野菜の炒め物 ふかし芋	米 豚肉 玉葱 人参 もやし 醤油 酒 みりん 油 薩摩芋	フルーツサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 コーンスターチ みかん缶 苺 牛乳	5 ・ 19	ごはん 肉豆腐の卵とじ風 酢大根	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 青梗菜 卵 砂糖 醤油 片栗粉 油 大根 酢 砂糖 醤油	コーン入りホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー クリームコーン 牛乳
(月)	味噌汁	白菜 さつま揚げ 青葱 昆布 鰹節 味噌		(月)	味噌汁	麩 もやし 青葱 昆布 鰹節 味噌	
13 ・ 27	ごはん ☆鶏肉の マーマレード焼き 豆腐とひじきの炒め煮	米 鶏もも肉 玉葱 マーマレードジャム 醤油 豆腐 ひじき 蓮根 人参 グリンピース 油揚げ 油 砂糖 醤油	マーブルクッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン ココア 牛乳	6 ・ 20	ごはん 煮魚 鶏と青梗菜の炒め煮	米 赤魚 みりん 酒 醤油 砂糖 青梗菜 キャベツ 玉葱 しめじ 人参 鶏こま 砂糖 醤油 胡麻油	(6日)☆ぼうしパン バターロール マーガリン 砂糖 卵 小麦粉 (20日)玄米パン 牛乳
(火)	味噌汁	麩 青梗菜 人参 昆布 鰹節 味噌		(火)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	
28	ハヤシライス 野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 まいたけ ハヤシルウ 小麦粉 油 キャベツ 小松菜 胡瓜 人参 シーチキン マヨネーズ	きな粉蒸しパン 小麦粉 豆乳 砂糖 ベーキングパウダー きな粉 牛乳	7 ・ 21	(7日)ごはん (21日)夕焼けごはん 豆腐ハンバーグ 大根サラダ	米 米 人参 酒 塩 薄口醤油 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 大根 胡瓜 人参 コーン ハム 砂糖 醤油 酢 胡麻油 キャベツ しめじ 青葱 昆布 鰹節 味噌	フルーツ盛り合わせ バナナ 苺 みかん ビスケット 牛乳
(水)				(水)	味噌汁		
1 ・ 15 ・ 29	ごはん 根野菜の胡麻味噌炒め バナナ	米 豚ミンチ ごぼう 蓮根 こんにゃく 人参 大根 砂糖 醤油 味噌 白胡麻 胡麻油 バナナ	薩摩芋バター 薩摩芋 バター グラニュー糖 牛乳	8 ・ 22	玉子うどん マヨネーズ炒め	うどん 法蓮草 かまぼこ 人参 卵 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 ごぼう 人参 玉葱 こんにゃく 小松菜 マヨネーズ 醤油	ひじきおにぎり 米 ひじき 砂糖 醤油 人参 牛乳
(木)	澄まし汁	ソーメン 油揚げ 水菜 昆布 鰹節 薄口醤油		(木)			
16	ごはん 焼魚 五目豆	米 鮭 水煮大豆 竹輪 ごぼう 人参 こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 油	餃子の皮ピザ 餃子の皮 玉葱 ハム ピーマン チーズ ケチャップ 牛乳	9	ごはん 鶏煮 野菜の胡麻和え	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 ブロッコリー 人参 玉葱 竹輪 キャベツ すり胡麻 砂糖 醤油	おからケーキ 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン おから ベーキングパウダー レーズン 牛乳
(金)	味噌汁	じゃが芋 法蓮草 玉葱 昆布 鰹節 味噌		(金)	味噌汁	ソーメン えのき 豆苗 昆布 鰹節 味噌	
3 ・ 17	肉うどん 薩摩芋の土佐煮	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油 鰹節	バターロール 牛乳	10 ・ 24	そばろごはん 味噌汁	米 豚ミンチ 砂糖 醤油 卵 油 法蓮草 じゃが芋 玉葱 わかめ 人参 昆布 鰹節 味噌 味噌3.8	黒糖ロールパン 牛乳
(土)				(土)			
備 考	2日(金)節分 * 散らし寿司 * 煮魚 * 五目豆 * 味噌汁	米 ちりめんじゃこ 高野豆腐 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 海苔 酢 砂糖 塩 鱈 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 豆腐 法蓮草 玉葱 昆布 鰹節 味噌	*きな粉ボーロ *みかん *牛乳	14日(水)お弁当保育 *豚汁 *牛乳	豚肉 大根 人参 油揚げ しめじ こんにゃく キャベツ ごぼう 青葱 玉葱 昆布 鰹節 味噌 薄口醤油	7日(水)らいおん遠足 21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。