

2月こんだて



熱量 424 kcal タンパク質 17.7 g (ひよこ)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
10	ごはん 手羽元の照り煮 ブロッコリーのソテー	米 手羽元 砂糖 醤油 ブロッコリー 人参 玉葱 蓮根 コンソメ 薄口醤油 油	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー	17	ごはん 煮物 みかん	米 豚ミンチ 人参 胡瓜 玉葱 薩摩芋 砂糖 醤油 胡麻油 みかん	玄米パン
(月)	味噌汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	大根 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
25	ごはん 煮魚 大根の煮物	米 鯛 砂糖 醤油 大根 人参 蓮根 花鰹 砂糖 醤油	かしわうどん うどん 鶏肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	4 18	ごはん ☆鶏肉の味噌焼き 切干大根の煮物	米 鶏もも肉 味噌 切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	じゃが芋のおやき じゃが芋 砂糖 醤油 片栗粉
(火)	味噌汁	卵 青梗菜 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	白菜 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
26	チャーハン 回鍋肉 中華胡瓜	米 玉葱 人参 青葱 卵 油 醤油 塩 豚肉 キャベツ ピーマン 人参 玉葱 味噌 醤油 酒 砂糖 片栗粉 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	きな粉おにぎり 米 きな粉	5 19	和風うどん 野菜サラダ	うどん ツナ 玉葱 人参 法蓮草 醤油 刻みのり キャベツ 小松菜 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖
(水)	味噌汁	麩 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)	コンソメスープ	薩摩芋 人参 昆布 コンソメ	牛乳
13 27	ごはん クリームシチュー 根野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ 小麦粉 牛乳 油 大根 人参 胡瓜 ごぼう 蓮根 コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ツナサンド 食パン ツナ 胡瓜 マヨネーズ	6 20	ごはん 筑前煮 ゆで卵	米 鶏肉 じゃが芋 人参 ごぼう 砂糖 醤油 油 卵	ジャム蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 苺ジャム ベーキングパウダー
(木)	味噌汁	白菜 人参 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	豆腐 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
14 28	ごはん 変わりシューマイ 酢の物	米 豚ミンチ 玉葱 片栗粉 青葱 グリンピース みりん 醤油 胡麻油 片栗粉 小麦粉 胡瓜 人参 わかめ もやし 砂糖 醤油 酢	薩摩芋バター 薩摩芋 バター グラニュー糖	7 21	ごはん 煮魚 白菜の胡麻和え	米 鮭 砂糖 醤油 白菜 人参 胡瓜 すり胡麻 砂糖 醤油	おかかおにぎり 米 醤油 鰹節
(金)	味噌汁	白菜 人参 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	麩 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
1 15	肉うどん 薩摩芋の煮物	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	スナックスティックパン	8 22	マーボー丼 味噌汁	米 豆腐 豚ミンチ 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 じゃが芋 人参 わかめ キャベツ 昆布 鰹節 味噌	ぶどうパン
(土)	味噌汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(土)	味噌汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳
備 考	12日(水)お弁当保育 (おやつ) *豚汁 *牛乳	豚肉 大根 人参 キャベツ 昆布 鰹節 味噌		3日(月)節分 *散らし寿司 *煮魚 *煮物 *澄まし汁	米 ちりめんじゃこ 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 酢 砂糖 塩 海苔 鱈 砂糖 醤油 薩摩芋 人参 大根 砂糖 醤油 豆腐 わかめ 昆布 鰹節	(おやつ) *バナナ *ビスケット *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。

*保育園では、ひよこぐみは、麦、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ヨーグルト、ベーコン、ハム、こんにゃく、油揚げ、揚げ物、カレーは味が濃く噛みにくいので抜いています。