

# 2月こんだて



熱量 545 kcal タンパク質 22.9 g (うさぎ・幼児)

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 ☆手羽元の梅煮 ブロッコリーのソテー	米 手羽元 砂糖 みりん 醤油 梅干し ブロッコリー 人参 玉葱 蓮根 しめじ ハム 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 チャプチェ みかん	米 豚ミンチ 人参 胡瓜 玉葱 春雨 砂糖 醤油 胡麻油 みかん	玄米パン
(月)	味噌汁	豆腐 油揚げ わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	大根 青葱 しめじ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
25	ごはん 煮魚 大根の煮物	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 大根 人参 蓮根 さつま揚げ こんにゃく 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 牛乳	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 さつま揚げ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	野菜コロッケ
(火)	味噌汁	卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(火)	味噌汁	白菜 玉葱 油揚げ 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 ウインナー 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	カステラ	5 19	和風パスタ 野菜サラダ	スパゲティ 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	☆カレードースト 食パン マヨネーズ カレールウ
(水)	味噌汁	麩 わかめ さつま揚げ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)	コンソメスープ	薩摩芋 ウインナー 人参 昆布 コンソメ	牛乳
13 27	ハヤシライス 根野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 ハヤシルウ 小麦粉 油 大根 人参 胡瓜 ごぼう 蓮根 コーン ベーコン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ツナサンド 食パン ツナ 胡瓜 ハム 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 こんにゃく 竹輪 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 なめこ 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 かまぼこ 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 鮭フライ 白菜の胡麻和え	米 鮭 小麦粉 卵 パン粉 油 白菜 人参 胡瓜 油揚げ すり胡麻 砂糖 醤油	焼きおにぎり 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 しめじ 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	白菜 人参 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(土)	味噌汁	豆腐 わかめ しめじ かまぼこ 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 油揚げ しめじ こんにゃく 昆布 鰹節 味噌		3日(月)節分 *散らし寿司 *鰯の照り焼き *五目豆 *澄まし汁	米 ちりめんじゃこ 油揚げ 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 酢 砂糖 塩 海苔 鰯 酒 みりん 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 わかめ しめじ かまぼこ 昆布 鰹節 薄口醤油	(おやつ) *バナナ *ミニフィッシュ *牛乳	

\*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。