

2月こんだて



熱量 424 kcal タンパク質 17.7g (あひる) 吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
10 (月)	ごはん ☆手羽元の梅煮 ブロッコリーのソテー 味噌汁	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 豆腐 油揚げ わかめ 昆布 鰹節 味噌	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 牛乳	17	ごはん チャプチェ みかん 味噌汁	米 豚ミンチ 人参 胡瓜 玉葱 春雨 砂糖 醤油 胡麻油 みかん 大根 青葱 しめじ 昆布 鰹節 味噌	玄米パン 牛乳
25 (火)	ごはん 煮魚 大根の煮物 味噌汁	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 卵 青梗菜 人参 昆布 鰹節 味噌	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 味噌汁	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 白菜 玉葱 油揚げ 昆布 鰹節 味噌	野菜コロッケ 牛乳
26 (水)	チャーハン 回鍋肉 中華胡瓜 味噌汁	米 玉葱 人参 ウィンナー 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 麩 わかめ さつま揚げ 昆布 鰹節 味噌	カステラ 牛乳	5 19	和風パスタ 野菜サラダ コンソメスープ	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 薩摩芋 ウィンナー 人参 昆布 コンソメ	☆カレトースト 食パン マヨネーズ カレールウ 牛乳
13 27 (木)	ハヤシライス 根野菜サラダ 味噌汁	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 牛乳	6 20	ごはん 筑前煮 ゆで卵 味噌汁	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 豆腐 小松菜 なめこ 昆布 鰹節 味噌	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 牛乳
14 28 (金)	ごはん 変わりシューマイ 酢の物 味噌汁	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 白菜 人参 青葱 昆布 鰹節 味噌	薩摩芋バター 薩摩芋 バター グラニュー糖 牛乳	7 21	ごはん 鮭フライ 白菜の胡麻和え 味噌汁	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 麩 青葱 しめじ 昆布 鰹節 味噌	焼きおにぎり 米 醤油 鰹節 牛乳
1 15 (土)	肉うどん 薩摩芋の煮物 味噌汁	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 牛乳	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 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 *煮魚 *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 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 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。
*☆マークは、新メニューです。
*保育園では、あひるぐみは、麦、発芽玄米は噛みにくいので抜いています。