

2024年度

2月

予定献立表

ともしび保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 15 土	豚丼 りんごサラダ 味噌汁 みかん	精白米／おおむぎ(押表)／三温糖／しらたき／オリーブ油／プレミックス粉(ホットケーキ用)／ソフトタイプマーガリン	豚小間肉／煮干しだし／牛乳	玉葱／キャベツ／きゅうり／りんご／にら／えのきたけ／大根／みかん	牛乳 ホットケーキ
3 17 月	カレーうどん♪ カリカリサラダ♪ チーズ♪ りんご	うどん(ゆで)／菜の花&紅花油／じゃがいも／かたくり粉／ぎょうざの皮／オリーブ油／三温糖／精白米／ごま油	かつお加工品(削り節)／豚小間肉／チーズ	長葱／玉葱／にんじん／グリーンピース(冷凍)／キャベツ／きゅうり／りんご／もやし	3日 ほうじ茶 恵方巻き 17日 ほうじ茶 ごま塩おにぎり
4 18 火	ごはん 春巻き♪ きゃべつのゆかり和え♪ スープ キウイフルーツ	精白米／おおむぎ(押表)／はるさめ／三温糖／ごま油／春巻きの皮／菜の花&紅花油／コーンフレーク	豚ひき肉／ふりかけ／生わかめ／牛乳	たけのこ(ゆで)／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／キャベツ／きゅうり／もやし／大根／りんご／みかん缶／キウイフルーツ	牛乳 甘いコーンフレーク フルーツ
5 ／ 水	ごはん マーボー豆腐♪ ナムル♪ ワントンスープ♪ りんご	精白米／おおむぎ(押表)／菜の花&紅花油／三温糖／ごま油／かたくり粉／ごま(いり)／わんたんの皮／菓子パン	豚ひき肉／押し豆腐／牛乳	にんにく／にんじん／長葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／もやし／ほうれんそう／きくらげ／水菜／しめじ／玉葱／りんご	牛乳 カニパン♪
6 20 木	ジャムサンド♪ クリームシチュー♪ 豆腐サラダ みかん	食パン／いちごジャム(低糖度)／ぶどう(ジャム)／菜の花&紅花油／じゃがいも／マーガリン／薄力粉／ホールコーン缶／三温糖／オリーブ油／ながいも	鶏もも肉／牛乳／スキムミルク／木綿豆腐／まぐろ缶詰(油漬ルーカク)／豚ひき肉／青のり	玉葱／にんじん／パセリ／キャベツ／きゅうり／みかん	牛乳 お好み焼き
7 21 金	ごはん コーンフレークチキン♪ こんにやくたっぷりひじき煮♪ 味噌汁 バナナ	精白米／おおむぎ(押表)／コーンフレーク／パン粉／菜の花&紅花油／こんにやく(精粉)／三温糖	鶏もも肉／干ひじき(スライス、乾)／油揚げ／煮干しだし／絹ごし豆腐／牛乳	にんじん／いんげん／ほんしめじ／水菜／バナナ／れんこん／みかん	牛乳 れんこんチップス フルーツ
8 22 土	ナポリタン マセドアンサラダ スープ みかん	スパゲッティ／菜の花&紅花油／バター／じゃがいも／オリーブ油／三温糖／菓子パン	豚小間肉／粉チーズ／わかめ／牛乳	玉葱／にんじん／ピーマン／マッシュルーム／きゅうり／もやし／にら／みかん	牛乳 菓子パン
10 ／ 月	食パン フッシュ&チップス スティック野菜 コーンスープ♪ みかん	食パン／薄力粉／かたくり粉／菜の花&紅花油／じゃがいも／クリームコーン缶／ホールコーン缶／バター／白玉粉	すけとうだら／牛乳／かつお加工品(削り節)	大根／きゅうり／にんじん／玉葱／パセリ／みかん／長葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／小松菜	ほうじ茶 すいとん♪
12 26 水	チャーシュー麺♪ チーズサラダ♪ 粉吹き芋 バナナ	中華めん(生)／ホールコーン缶／オリーブ油／じゃがいも／おかし	かつお加工品(削り節)／焼き豚／生わかめ／チーズ／ヨーグルト	長葱／キャベツ／きゅうり／にんじん／パセリ／バナナ	ほうじ茶 ヨーグルト ミレービスケット♪
13 27 木	ごはん 肉豆腐♪ 鶏天♪ なめこ汁♪ りんご	精白米／おおむぎ(押表)／しらたき／菜の花&紅花油／三温糖／薄力粉／じゃがいも／バター	豚小間肉／焼き豆腐／鶏ささ身／煮干しだし／牛乳／チーズ	はくさい／長葱／にんじん／春菊／生しいたけ(菌床栽培、生)／水菜／なめこ／りんご	牛乳 ポテトのチーズ焼き
14 28 金	冬野菜カレーライス♪ フレンチサラダ♪ スープ みかん	精白米／おおむぎ(押表)／菜の花&紅花油／じゃがいも／ホールコーン缶／オリーブ油／麩／三温糖	豚小間肉／木綿豆腐／生わかめ／牛乳	にんにく／玉葱／にんじん／大根／れんこん／キャベツ／きゅうり／みかん	牛乳 麩ラスク
25 ／ 火	ごはん 鮭のホイル焼き♪ 春雨サラダ♪ 味噌汁 りんご	精白米／おおむぎ(押表)／菜の花&紅花油／はるさめ／ごま油／白ごま(いり)／食パン／三温糖	鮭／煮干しだし／絹ごし豆腐／牛乳	玉葱／しめじ／えのきたけ／にんじん／きゅうり／キャベツ／長葱／りんご	牛乳 あげパン♪
19 (水) 誕生会	鮭ごはん♪ 鶏の唐揚げ♪ みかんサラダ♪ 味噌汁 りんご	精白米／おおむぎ(押表)／白ごま(いり)／かたくり粉／菜の花&紅花油／オリーブ油／三温糖／ウエハース	鮭／鶏もも肉／煮干しだし／油揚げ／アイスクリーム	しょうが／キャベツ／きゅうり／にんじん／みかん缶／小松菜／なす／りんご	ほうじ茶 アイスクリーム♪ &ウエハース

*都合により献立を変更する場合もあります

*りす組は午前中に牛乳を飲みます。

*♪マークはばんだ組のリクエストメニューです。

*食物アレルギーの対応をしています。