

2020年 令和2年

2月

予定献立表

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
1日	土	肉うどん ハリハリ大根 果物	豚肉 牛乳	うどん 油 片栗粉 じゃが芋 砂糖 マヨネーズ 米	玉葱 人参 キャベツ 乾しいたけ ねぎ 胡瓜 切干大根 ひじき 梅 干し 果物	保育乳 菓子パン	
3日	月	(節分メニュー)ピラフ チキン唐揚げ ホウレン草コーンとえ 春雨ワカメスープ 果物	鶏肉 卵 牛乳	米 油 バター 片栗粉 はるさめ 小麦粉バター砂糖	人参 玉葱 ピーマン にんにく ほうれん草 えのき コーン缶 わかめ しいたけ 果物	保育乳 甘納豆スコーン	
4日	火	強化米ごはん 鮭の照焼 八宝菜 豆腐と小松菜のみそ汁 果物	さけ 豚肉 豆腐 ハム チーズ 牛乳	米 油 片栗粉 パン バター	人参 玉葱 白菜 チンゲン菜 たけのこ 乾しいたけ こまつな 長葱 果物	保育乳 ハムチーズサンド	
5日	水	ごはん 煮付け カリカリ胡瓜 ワカメスープ 果物	三枚肉 卵 牛乳	米 砂糖 油 小麦粉	ねぎ 大根 人参 昆布 こんにやく 胡瓜 わかめ 果物	保育乳 みかんゼリー せんべい	
6日	木	黒米ごはん きびなごのカレー揚げ ナムル イナムドッチ 果物	きびなご 豚肉 かまぼこ 牛乳	米 黒米 片栗粉 油 砂糖 ごま	もやし こまつな 赤ピーマン 乾しいたけ こんにやく ねぎ 果物	保育乳 ゴマ菓子	
7日	金	なすのミートスパゲティ チーズ ブロッコリーじゃこ和え 白菜スープ 果物	豚ひき肉 チーズ しらす ベーコン 鮭 牛乳	スパゲッティ 油 ごま 砂糖 米	人参 玉葱 乾しいたけ なす しめじ トマト缶 ブロッコリー 白菜 果物	保育乳 鮭おにぎり	
8日	土	親子丼 ワカメスープ 果物	鶏肉 卵 豆腐 チーズ 牛乳	米 押麦 砂糖 油	人参 玉葱 しめじ わかめ 果物	保育乳 菓子、チーズ	
10日	月	あわごはん マーボー豆腐 ハンサンスー コーンスープ 果物	豆腐 豚ひき肉 ハム 卵 煮干し 牛乳	米 あわ 砂糖 油 はるさめ ごま じゃが芋	人参 玉葱 乾しいたけ たけのこ にら にんにく しょうが もやし 胡瓜 コーン缶 キャベツ 果物	保育乳 ふかし芋	
11日	火	建国記念の日 (公休日)					
12日	水	カレーライス ダイコンサラダ チンゲン菜スープ 果物	豚肉 卵 ツナ缶 牛乳	米 じゃが芋 小麦粉 黒糖 油	人参 玉葱 ピーマン 大根 胡瓜 わかめ コーン缶 チンゲン菜 果物	保育乳 ちんびん	
13日	木	お弁当会 (お弁当たのしみだね!)					保育乳 ピザトースト
14日	金	麦ごはん 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ レバーのおつゆ 果物	豆腐 豚レバー 豚肉 卵 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 じゃが芋砂糖 マヨネーズ小麦粉	えのき 赤ピーマン ピーマン 人参 胡瓜 大根 にら にんにく 果物	保育乳 チョコマフィン	
15日	土	沖縄風焼きそば ゆし豆腐 果物	豚肉 チーズ ゆし豆腐 牛乳	沖縄そば 油	人参 キャベツ もやし ピーマン ねぎ 果物	保育乳 菓子パン	
17日	月	親子丼 切干大根サラダ 豆腐とワカメのみそ汁 果物	鶏肉 卵 豆腐 牛乳	米 押麦 油 砂糖 ごま 小麦粉 バター	玉葱 人参 乾しいたけ チンゲン菜 切干大根 胡瓜 わかめ ねぎ 果物	保育乳 サーターアングギー	
18日	火	強化玄米ごはん きびなご唐揚げ かぼちゃのそぼろ煮 キャベツスープ 果物	きびなご 鶏ひき肉ベーコン 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 砂糖 パン バター 砂糖	かぼちゃ 玉葱 いんげん キャベツ えのき 果物	保育乳 ラスク	
19日	水	三枚肉そば ポテトサラダ 果物	三枚肉 だし骨 かまぼこ しらす 牛乳	沖縄そば 砂糖 じゃが芋 マヨネーズ 米	ねぎ 食い入り 人参 わかめ ゴマ 果物	保育乳 わかめおにぎり	
20日	木	あわごはん 魚のオーロラソース焼き ひじきの煮物 豚汁 果物	キング ちくわ 油揚げ 豚肉 卵 牛乳	米 あわ バター マヨネーズ 砂糖 さつま芋 小麦粉	パセリ ひじき 人参 こんにやく にら 玉葱 ごぼう 大根 ねぎ 果物	保育乳 大学芋	
21日	金	麦ごはん 酢豚 納豆和え 春雨ワカメスープ 果物	豚肉 納豆 卵 牛乳	米 押麦 砂糖 油 片栗粉 春雨 食パン	人参 玉葱 たけのこ ピーマン 乾しいたけ こまつな わかめ しいたけ 果物	保育乳 ジャムサンド	
22日	土	きのこごはん ボイルウインナー ゆし豆腐 果物	ちくわ 油揚げ ウインナー ゆし豆腐 牛乳	米	乾しいたけ しめじ えのき 人参 ねぎ 果物	保育乳 菓子、ゼリー	
24日	月	振替休日 (公休日)					
25日	火	あわごはん チキン照焼 野菜炒め 豆腐とワカメのみそ汁 果物	鶏肉 豆腐 生クリーム 牛乳	米 あわ 砂糖 油 さつま芋 バター	しょうが 人参 玉葱 もやし キャベツ ピーマン わかめ ねぎ 果物	保育乳 くずもち	
26日	水	ごはん 大根そぼろ煮 昆布即席漬 ほうれん草と油揚げのみそ汁 果物	鶏ひき肉 油揚げ 卵 牛乳	米 砂糖 油 片栗粉 小麦粉 さつま芋	大根 人参 にら 昆布 赤ピーマン ほうれん草 えのき 果物	保育乳 アイスクリーム	
27日	木	(お誕生会)あわごはん 豆腐団子の甘酢あん ゴボウサラダ チンゲン菜スープ ヨーグルト	豆腐 鶏ひき肉 ちくわ 牛乳 ヨーグルト	米 あわ 片栗粉 油 砂糖 ごま マヨネーズ	人参 玉葱 れんこん 乾しいたけ ブロッコリー 胡瓜 ごぼう チンゲン菜 えのき 果物	保育乳 誕生ケーキ	
28日	金	セーファン パパイアごま和え じゃが芋のみそ汁 果物	豚肉 卵 ツナ缶 牛乳	米 砂糖 ごま 油 じゃが芋 そうめん	もやし こまつな にんにく しょうが パパイア 胡瓜 赤ピーマン 玉葱 ねぎ わかめ キャベツ 果物	保育乳 スイートポテト	
29日	土	ソース焼きそば ゆし豆腐 果物	豚肉 ゆし豆腐 牛乳	焼きそば 油 パン	人参 玉葱 キャベツ もやし ピーマン ねぎ 果物	保育ミルク 菓子パン	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。