

## 2月給食予定献立表

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日曜日	献立名	主な材料と体内での働き				AMおやつ Oオのみ	PMおやつ ★は手作りおやつ
		主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他		
1 土	ビビンバ丼 キャベツの塩昆布和え フルーツ（オレンジ）	油・米（国産）	豚ミンチ	チンゲン菜・もやし・人参・コーン キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布 オレンジ	塩・焼肉のたれ		▲ビスケット（シガーフライ） ▲牛乳
3 月	▲節分豆カレー 節分カレートッピング マカロニサラダ フルーツ（りんご）	油・米（国産） フライドポテト・油 マカロニ・マヨドレ	鶏ミンチ・大豆 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 グリーンピース・人参 きゅうり・コーン りんご	▲トッピング 塩 塩	野菜ハイハイ お茶	▲●きなごボーロ（0.1.2才） 節分豆（3.4.5才） お茶
4 火	麦入りごはん マスのみぞれ煮 小松菜の和え物 けんちん汁	米（国産）・押麦 片栗粉・油・砂糖 砂糖 こんにゃく	サーモン 豆腐・うす揚げ	大根 小松菜・白菜・しめじ・人参 人参・干しいたけ・青ねぎ	酒・塩・かつおだし・醤油 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・塩	▲ウエハース お茶	ちんすこう★ ▲牛乳
5 水	ごはん ▲チキンのチーズ焼 ごぼうサラダ スープ	米（国産） 油 マヨドレ・白ごま じゃが芋	鶏肉・▲チーズ	ごぼう・きゅうり・人参・コーン 玉ねぎ・人参	ケチャップ 醤油 チキンコンソメ	▲マンナビスケット お茶	せんべい（ほたほた焼） フルーツ（りんご） ▲牛乳
6 木	ごはん アジの味噌焼き ほうれん草のボン酢和え 大根と厚揚げの煮物 すまし汁	米（国産） 砂糖・油 砂糖 麩	あじ・赤味噌 絹厚揚げ	ほうれん草・白菜・もやし・人参 大根 玉ねぎ・人参	みりん ほん酢・かつおだし かつおだし・醤油・酒 かつおだし・醤油・塩	ハイハイ お茶	黒糖蒸しパン★ ▲牛乳
7 金	●衣笠丼 もやしとささみの和え物 味噌汁	砂糖・片栗粉・米（国産） 砂糖	うす揚げ・●卵 鶏ささ身 赤味噌	玉ねぎ・人参・みつば もやし・きゅうり・人参・わかめ キャベツ・かぼちゃ・しめじ	かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油 かつおだし	▲ウエハース お茶	▲エースコインビスケット フルーツ（オレンジ） ▲牛乳
8 土	豚汁うどん 小松菜のおかか和え フルーツ（バナナ）	さつまいも・うどん 砂糖	豚肉・絹厚揚げ・赤味噌 かつお節	大根・人参・青ねぎ 小松菜・キャベツ・人参 バナナ	かつおだし・醤油 かつおだし・醤油		▲せんべい（雪の宿） ▲牛乳
10 月	ごはん 肉じゃが 春雨の酢の物 味噌汁	米（国産） じゃが芋・油・砂糖 春雨・砂糖 麩	豚肉 まぐろフレーク 赤味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース きゅうり・コーン・人参 ほうれん草・もやし	かつおだし・醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油 かつおだし	ハイハイ お茶	フルーツ寒天★ お茶
12 水	ごはん サケの味噌焼 キャベツの和え物 切干大根の煮物 味噌汁	米（国産） 砂糖・油 砂糖 砂糖 麩	サケ うす揚げ 赤味噌	ゆず果汁 キャベツ・きゅうり・人参 切干大根・人参 かぼちゃ・玉ねぎ	醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	▲ウエハース お茶	▲スイートポテト★ ▲牛乳
13 木	ごはん 鶏肉ときこの生姜炒め ひじきナムル 味噌汁	米（国産） 油・砂糖 白ごま・砂糖・ごま油	鶏肉 豆腐・赤味噌	玉ねぎ・おろし・しめじ・えのきだけ・人参・ピーマン・おろし生姜 芽ひじき・もやし・小松菜・人参 白菜・青ねぎ	中華だし・醤油・塩・酒 醤油 かつおだし	▲マンナビスケット お茶	▲ビスコ フルーツ（りんご） ▲牛乳
14 金	麦入りごはん 白身魚の天ぷら ほうれん草の納豆和え 具だくさん味噌汁	米（国産）・押麦 小麦粉・油	ホキ 納豆 赤味噌	ほうれん草・キャベツ・人参 大根・ごぼう・人参・しいたけ・みつば	酒・塩 醤油・かつおだし かつおだし	野菜ハイハイ お茶	▲●ホットドッグ★ ▲牛乳
17 月	ごはん 鶏肉の照焼 キャベツのゆかり和え 五目豆 味噌汁	米（国産） 砂糖・油 こんにゃく・砂糖	鶏肉 大豆 赤味噌	キャベツ・きゅうり・人参・ゆかり 干しいたけ・人参・グリーンピース 大根・えのきだけ・わかめ	醤油・みりん かつおだし 醤油・酒・かつおだし かつおだし	▲ウエハース お茶	▲パイ入りホットケーキ★ ▲牛乳
18 火	ごはん サケフライ ブロッコリーのサラダ ▲さつまいものシチュースープ	米（国産） 小麦粉・パン粉・油 マヨドレ さつまいも	サケ ▲スキムミルク	ブロッコリー・キャベツ・コーン 玉ねぎ・人参・グリーンピース	塩・ウスターソース ▲クリームシチューの素	▲マンナビスケット お茶	●チヂミ★ ▲牛乳
19 水	▲大根ときこの和風カレー キャベツとブロッコリーのごま和え フルーツ（りんご）	米・油 砂糖・白ごま	豚肉	大根・人参・しめじ・エリンギ・えのきだけ キャベツ・ブロッコリー・コーン・人参 りんご	かつおだし・▲トッピング かつおだし・醤油	ハイハイ お茶	▲マリービスケット ▲牛乳
20 木	ごはん 白身魚のみそマヨネーズ焼 チンゲン菜の和え物 きんぴらごぼう ●かき玉汁	米（国産） マヨドレ・油 砂糖 こんにゃく・油・砂糖	ホキ・赤味噌 ●卵	チンゲン菜・白菜・しめじ ごぼう・人参 玉ねぎ・人参	かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油・塩	▲ウエハース お茶	ソフトせんべい フルーツ（りんご） ▲牛乳
21 金	▲ロールパン 鶏肉のマーレド焼 ゆでブロッコリー かぶとウィンナーのスープ デザート（白桃ゼリー）	▲ロールパン オレンジマーレド・油 白桃ゼリー	鶏肉 ウィンナー	ブロッコリー かぶ・キャベツ・人参・しめじ	醤油・酒 チキンコンソメ チキンコンソメ	▲マンナビスケット お茶	▲レモントースト★ ▲牛乳
22 土	焼そば もやしの和え物 フルーツ（バナナ）	中華種・油 砂糖	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・人参 もやし・チンゲン菜・しめじ・人参 バナナ	塩・お好みソース かつおだし・醤油		ミニアスパラガス ▲牛乳
25 火	お弁当の日					野菜ハイハイ お茶	せんべい（ほたほた焼） お茶
26 水	ごはん サバの煮付 ●小松菜の彩り 大根と油揚げの煮物 味噌汁	米（国産） 砂糖 砂糖 砂糖	サバ ●錦糸卵 うす揚げ 赤味噌	おろし生姜 小松菜・白菜・しめじ 大根 玉ねぎ・人参・青ねぎ	かつおだし・酒・みりん・醤油 醤油・かつおだし かつおだし・醤油・酒 かつおだし	▲ウエハース お茶	▲コーンフレーククッキー★ ▲牛乳
27 木	ツナピラフ ●手作りハンバーグ ほうれん草のサラダ スープ デザート（みかんゼリー）	油・米（国産） パン粉・油・砂糖 マヨドレ さつまいも 果肉入りみかんゼリー	まぐろフレーク 牛豚ミンチ・●卵	玉ねぎ・シソバジタブル 玉ねぎ ほうれん草・キャベツ・コーン 玉ねぎ・人参	チキンコンソメ・塩 塩・ケチャップ・とんかつソース チキンコンソメ	▲マンナビスケット お茶	▲●メープルシフォンケーキ ▲牛乳
28 金	ごはん チキンカツ 切干大根とさつまいもの煮物 具だくさん味噌汁	米（国産） 小麦粉・パン粉・油 砂糖	鶏肉 さつまいも うす揚げ・赤味噌	切干大根・人参・干しいたけ・ほうれん草 白菜・かぼちゃ・玉ねぎ	塩・とんかつソース かつおだし・醤油・酒 かつおだし	ハイハイ お茶	おかかおにぎり★ お茶
29 土	けんちんうどん 小松菜の和え物 フルーツ（りんご）	片栗粉・うどん 砂糖	鶏肉・豆腐	ごぼう・大根・人参・青ねぎ 小松菜・もやし・人参 りんご	かつおだし・醤油・みりん・塩 かつおだし・醤油		ソフトサラダ ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。