

2021年2月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼 食	材 料 名		3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食	
月	15	パンプキンカレー だいこんの塩昆布和え 豆腐のすまし汁	米・胚芽米・豚肉・玉葱・かぼちゃ・なす・にんにく・生姜・バター・薄力粉・なたね油・ウスターソース・塩・カレー粉・醤油・ケチャップ だいこん・にんじん・塩昆布・だいこん葉 豆腐・えのき・青菜・醤油・塩・かつおだし		きなこキャラメル麩 麩・バター・素精糖・きな粉 くだもの・牛乳	焼きおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・ごま・醤油・みりん 麦茶	魚のあんかけ・じゃがいもの炒め煮 魚・片栗粉・油・にんじん・椎茸・玉葱・ケチャップ・米酢・醤油・ピーマン じゃがいも・いんげん・にんじん・なたね油・素精糖・醤油 焼きおにぎり・味噌汁	
火	16	肉豆腐 ほうれんそうの信田和え ごはん 白菜の味噌汁	豆腐・豚肉(乳児ひき肉)・玉葱・白滝・素精糖・醤油・酒・なたね油 ほうれん草・油揚げ・醤油・ごま・かつおだし・にんじん 精白米・胚芽米 白菜・油揚げ・にんじん・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し		2日)もちもちドーナツ♥・くだもの・牛乳 豆腐・ホットケーキミックス(無糖)・素精糖・白玉粉・油・粉糖 16日)ホットケーキ・くだもの・牛乳 薄力粉・全粒粉・ベーキングパウダー・卵・牛乳・素精糖・バター・はちみつ	さつま芋ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・さつまいも・ごま・塩 麦茶	魚の衣焼き・刻み昆布の煮つけ 魚・素精糖・醤油・酒・生姜・薄力粉・なたね油 刻み昆布・油揚げ・にんじん・青菜・醤油・素精糖・みりん・酒 さつまいもごはん・スープ	
水	17	3日)やこめごはん いわしの生姜煮 ブロッコリーのナムル かぼちゃ豆乳味噌汁	ごはん かじきのかりんとう♥ ブロッコリーナムル かぼちゃ豆乳味噌汁	精白米・胚芽米・炒り大豆・塩・しらす イワシ・生姜・醤油・素精糖・水 ブロッコリー・醤油・かつおだし・ごま油 かぼちゃ・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・豆乳・味噌・煮干し	精白米・胚芽米 カジキ・片栗粉・油・素精糖・醤油・ごま 左と同じ 左と同じ	ポテトピザ じゃが芋・塩・薄力粉・ケチャップ・コーン・まぐろ缶・ピーマン・とろけるチーズ くだもの・牛乳	あんぱん あんぱん(卵なし) 麦茶	鶏肉の香味焼き・高野豆腐の煮物 鶏肉・長葱・片栗粉・酒・醤油・ごま油・ごま(1歳児は肉団子) 高野豆腐・にんじん・干し椎茸・いんげん・素精糖・醤油・みりん・塩 ゆかりごはん・すまし汁
木	18	鮭のコーンマヨネーズ焼き じゃがじゃこ金平 ごはん 切干大根味噌汁	生鮭・マヨネーズ・コーン缶・パルメザンチーズ・塩 じゃが芋・人参・いんげん・しらす・なたね油・素精糖・酒・醤油 精白米・胚芽米 切干大根・いんげん・にんじん・塩蔵わかめ・煮干し・味噌		ジャムクリームサンド 食パン・ジャム・生クリーム くだもの・牛乳	ジューシー風おにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・人参・ごま油・酒 素精糖・醤油・かつおだし・塩・グリーンピース 麦茶	豆腐ツナハンバーグ・かぼちゃのそぼろあん 豆腐・まぐろ缶・にんじん・玉葱・椎茸・万能ねぎ・パン粉・醤油・なたね油 かぼちゃ・豚ひき・片栗粉・酒・素精糖・醤油 ジューシー風ごはん・スープ	
金	19	鶏肉トマトソース煮 カリフラワーサラダ 五穀パン わかめとえのきのスープ	鶏肉・玉葱・にんにく・マッシュルーム・コーン缶・パセリ・油・トマトビュレ・水・塩・生クリーム 0,1歳児鶏ひき・玉葱・片栗粉 カリフラワー・きゅうり・にんじん・マヨネーズ・塩 五穀パン(卵なし) 0歳児は食パンスティック付き 塩蔵わかめ・えのき・長ネギ・青菜・塩・醤油・ごま・ごま油 ※ ビビンバ)生姜・かつおだし・ごま油・ごま・素精糖・片栗粉		4日)味噌おにぎり♥・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・味噌・みりん・ごま 18日)ビビンバ・くだもの・牛乳 米・人参・小松菜・もやし・長葱・豚ひき・酒・醤油・にんにく※	かぼちゃのコーンカップ かぼちゃ・素精糖・干しぶどう・牛乳・アイスコーン(小麦入り) 麦茶	豆乳坦々めん・かぼちゃ茶巾 中華麺・豚肉・もやし・長葱・にんにく・味噌・醤油・素精糖・ごま油・塩・かつおだし・味噌・素精糖・醤油 くだもの	
土	20	タンメンうどん 長芋と豚肉煮 ゼリー	干しうどん・豚ひき・なたね油・キャベツ・人参・もやし・長葱・塩 長芋・素精糖・醤油・酒・豚肉・にんじん・いんげん 100%ジュース・素精糖・アガー・水		パン・小魚 ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳			
月	22	さわらの味噌漬け焼き にんじんといんげんのゴマ和え♥ わかめごはん♥ みそけんちん汁	さわら・みりん・味噌・生姜 にんじん・いんげん・ごま・醤油・かつおだし・醤油 精白米・胚芽米 豆腐・ごぼう・だいこん・にんじん・里芋・長葱・青菜・味噌・なたね油		スパゲティナポリタン スパゲティ・玉葱・牛ひき・にんじん・ピーマン・トマト水煮・ケチャップ・パルメザンチーズ・塩・なたね油 くだもの・牛乳	きなこラスク 食パン・素精糖・マーガリン・きなこ 麦茶	豆腐のあんかけ・キャベツのサラダ 豆腐・薄力粉・なたね油・豚ひき・干し椎茸・長葱・人参・素精糖・醤油・片栗粉 キャベツ・きゅうり・にんじん・塩・ゆかり ごはん・スープ	
火	9	三色ごはん♥ 白菜と昆布の漬物 大根とほたてのスープ	精白米・胚芽米・鶏ひき・素精糖・醤油・ほうれんそう・かつおだし・醤油・削り節・にんじん・素精糖・塩 白菜・刻み昆布・しらす・米酢・醤油・みりん・塩 0,1歳児酢のかわりに、かつおだし だいこん・青菜・ほたて缶詰・塩蔵わかめ・塩・醤油		アップルパイ 春巻き皮(幼児)・ぎょうざの皮(乳児)・りんご・素精糖・油 くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	ドライカレー・ひじき大豆煮 精白米・胚芽米・牛ひき・豚ひき・玉葱・人参・ピーマン・にんにく・油 生姜・ケチャップ・カレー粉・塩 スープ	
水	24	煮込みハンバーグ れんこんのサラダ ごはん えのきの味噌汁	豚ひき・牛ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・卵・塩・油・ケチャップ・ウスターソース・かつおだし・片栗粉 れんこん・にんじん・ブロッコリー・まぐろ缶・マヨネーズ・ごま・塩 精白米・胚芽米 エノキ・玉葱・青菜・煮干し・味噌		えびとチーズラスク 食パン・桜えび・とろけるチーズ・青のり くだもの・牛乳	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・にんじん・干し椎茸・塩・醤油 麦茶	魚のおろし煮・きゅうりのしらす和え 魚・片栗粉・油・大根・醤油・みりん・かつおだし きゅうり・しらす・醤油・米酢 ほたてごはん・スープ	
木	25	イカマリネ(乳児 タラ) かぼちゃサラダ ごまパン かぶとベーコンのスープ	イカ(乳児タラ)・薄力粉・油・玉葱・トマト・パセリ・油・酢・塩・素精糖 0,1歳は野菜あんかけ(酢なし) かぼちゃ・きゅうり・干しぶどう・酢・油・塩 ごまパン(卵なし) 0歳児は食パンスティック付き ベーコン・玉葱・かぶ・青菜・醤油・塩・かつおだし		納豆ごはん 精白米・胚芽米・納豆・豚ひき・長葱・なたね油・味噌・醤油 くだもの・牛乳	じゃがバター じゃがいも・バター・塩・青のり 麦茶	ジャージャーめん・じゃがバター 中華めん・豚ひき・玉葱・生姜・醤油・味噌・素精糖・なたね油・きゅうり・みりん くだもの	
金	26	マーボー豆腐 だいこんの華風和え ごはん つみれ汁	豆腐・豚ひき・長葱・ニラ・人参・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・素精糖・片栗粉 だいこん・きゅうり・にんじん・塩・素精糖・米酢・ごま油 精白米・胚芽米 いわし・味噌・生姜・酒・片栗粉・だいこん・にんじん・椎茸・長葱・青菜・塩・醤油		ココアケーキ♥ 薄力粉・全粒粉・マーガリン・上白糖・卵・ココア・ベーキングパウダー・牛乳・豆乳 くだもの・牛乳	ひじきカレーピラフおにぎり 精白米・胚芽米・ひじき・まぐろ缶・玉葱・にんじん・ピーマン・カレー粉・塩 麦茶	魚の焼肉ダレ・にんじんのマリネ 魚・薄力粉・片栗粉・なたね油・にんにく・醤油・みりん・素精糖・ごま油・ごま にんじん・なたね油・米酢・塩・パセリ・素精糖・醤油 ひじきカレーピラフ・クリームスープ	
土	27	肉あんかけうどん ブロッコリーのオーロラソース フルーツポンチ	干しうどん・塩・醤油・かつおだし・豚ひき・にんじん・長葱・干し椎茸・油・かつおだし・醤油・片栗粉・青菜 ブロッコリー・にんじん・マヨネーズ・ビュレ・塩 みかん缶・もも缶・パイン缶・上白糖・水・干しぶどう		ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・マーガリン・素精糖 一口チーズ くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 今月からぞうぐみがもう一度食べたいとリクエストしたものが出来ます(♥マークのついたものです)。子どもたちも楽しみにしているので、調理室も頑張って作ろうと思っています。		

* 乳児)エネルギー449kcal たんぱく質18.1g 脂質15.5g * 幼児)エネルギー588kcal たんぱく質23.2g 脂質19.9g

* 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。* 3時の牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。