

2022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	14 28	煮込みハンバーグ れんこんサラダ ごはん 油揚げとかぶの味噌汁	豚ひき・牛ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・卵・塩・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 油揚げ・かぶ・かぶ葉・きくらげ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し・かつおだし	ココアケーキ ホットケーキミックス(無糖)・マーガリン・上白糖・卵・ ココア・牛乳・豆乳・全粒粉 くだもの・牛乳	梅おにぎり 精白米・胚芽米・梅干し・しらす・塩・ 海苔 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 刻み昆布・油揚げ・にんじん・ れんこん・青菜・醤油・素精糖・みりん・酒 梅おにぎり・スープ
火	1 15	マーボー豆腐 大根の華風和え ごはん つみれ汁	豆腐・豚ひき・長葱・ニラ・にんじん・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・大根・にんじん・椎茸・長葱・青菜・塩・醤油	ポテトピザ じゃがいも・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	じゃこトースト 食パン・しらす・ アレルギー用マヨネーズ・パセリ 麦茶	揚げ魚のおろし煮・きゅうりしらす和え 魚・片栗粉・なたね油・だいこん・醤油・みりん・かつおだし きゅうり・しらす・醤油・米酢 ごはん・味噌汁
水	2 16	鶏肉のトマトソース煮 カリフラワーサラダ バターロール わかめとえのきのスープ(幼児※冬瓜スープ♥)	鶏肉・玉葱・にんにく・マッシュルーム・コーン・パセリ・なたね油・トマトピューレ・塩・生クリーム 0歳児・1歳児 鶏ひき・玉葱・片栗粉(肉団子) カリフラワー・きゅうり・にんじん・マヨネーズ・塩 バターロール(卵・乳入り) 0歳児)食パンスティックつき 塩蔵わかめ・えのき・長葱・青菜・塩・醤油・ごま・ごま油・かつおだし・昆布だし(とうがん・えのき・豆腐・塩蔵わかめ・塩・醤油・かつお昆布だし)	かわりびびンバ 精白米・胚芽米・にんじん・小松菜・もやし・豚ひき・長葱・酒 醤油・かつおだし・ごま油・片栗粉・素精糖・生姜・にんにく・ごま くだもの・牛乳	いもけんぴ さつまいも・メープルシロップ・菜種油 麦茶	きつねうどん・いもけんぴ 干しうどん・鶏ひき・油揚げ・にんじん・椎茸・キャベツ・青菜・ 醤油・酒・塩・長葱 くだもの
木	3 17	やごめごはん いわしの蒲焼風 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・かつおだし いわし・生姜・薄力粉・なたね油・みりん・素精糖・醤油・かつおだし・片栗粉 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	アップルパイ 乳児)餃子の皮・幼児)春巻きの皮・りんご・素精糖 米油 くだもの・牛乳	こんぶごはんおにぎり 精白米・胚芽米・刻み昆布・にんじん・ 油揚げ・醤油・素精糖・菜種油 麦茶	肉みそ豆腐・きゃべつのゆかり和え 豆腐・ひき肉・玉葱・にんじん・椎茸・なたね油・味噌・素精糖・片栗粉・ 薄力粉・青菜 キャベツ・きゅうり・人参・塩・ゆかり 昆布ごはん・すまし汁
金	4 18	鮭のカレーパン粉焼き じゃがじゃこきんぴら わかめごはん♥ 切干大根味噌汁	生鮭・にんにく・酒・塩・パン粉・カレー粉・オリーブ油 0歳児)とろみ別皿についています(食べにくい時用) じゃがいも・にんじん・いんげん・しらす・菜種油・素精糖・酒・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 切干大根・いんげん・にんじん・塩蔵わかめ・煮干し・かつおだし・味噌	いちごクリームサンド 食パン(乳入り)・生クリーム・いちご・上白糖 くだもの・牛乳	焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・なたね油・人参 塩・酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま 麦茶	豆腐のかりんとう・きゅうりのごまよごし 豆腐・片栗粉・なたね油・みりん・黒砂糖・醤油 きゅうり・塩・ごま 焼肉ごはん・スープ
土	5 19	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・にんじん・もやし・長葱・塩・かつおだし・こんぶだし 長芋・素精糖・醤油・酒・いんげん・にんじん・豚肉 100%ストレートジュース・素精糖・アガー	パン・小魚 ソフトフランス生地/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	7 21	冬野菜カレー だいこんの塩昆布漬 もやしと油揚げの味噌汁	精白米・胚芽米・鶏肉(0.1歳児ひき肉)・じゃが芋・れんこん・にんじん・玉葱・なたね油・バター・薄力粉・カレー粉・牛乳・りんご・クリンピース・塩 だいこん・にんじん・だいこん葉・塩昆布・塩 もやし・油揚げ・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・かつおだし・味噌	トライアングル♥ 食パン(乳入り)・クリームチーズ・バター・上白糖・ 卵・薄力粉 くだもの・牛乳	ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶・生姜・ 万能ねぎ・にんじん・ごま・醤油 麦茶	鶏の照り焼き(りす・つくね団子)・ 鶏・ニンニク・生姜・醤油・酒(鶏ひき・玉葱・生姜・パン粉・醤油・みりん・ 酒・かつおだし)・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 高野豆腐煮・ツナごはん・すまし汁
火	8 22	肉豆腐 ほうれんそうの信田和え ふりかけごはん♥ 白菜の味噌汁	豆腐・豚肉(0.1歳児豚ひき)・玉葱・白滝・素精糖・醤油・酒・菜種油 ほうれんそう・油揚げ・にんじん・醤油・かつおだし・ごま 精白米・胚芽米・ふりかけ(卵・乳なし) 白菜・油揚げ・にんじん・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	さつまいもすいとん 薄力粉・白玉粉・さつまいも・豚ひき・にんじん・椎茸・ キャベツ・青菜・醤油・塩・酒 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	魚の焼肉ダレ・ひじきとポテトのごま和え 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 ひじき・かつおだし・きゅうり・じゃがいも・ごま・塩・素精糖 ほたてごはん・スープ
水	9	イカマリネ(0.1歳児タラ・野菜あんかけ、2歳児イカ+タラのマリネ) カボチャサラダ バターロール かぶとベーコンスープ	幼児)イカ(乳児)タラ・薄力粉・米油・玉葱・トマト・パセリ・なたね油・米酢・塩・素精糖・かつおだし 0.1歳児)醤油・かつおだし・片栗粉 かぼちゃ・りんご・にんじん・きゅうり・マヨネーズ・塩・オリーブ油 バターロール(卵・乳入り) 0歳児)食パンスティックつき かぶ・ベーコン・玉葱・かぶ葉・醤油・塩・かつおだし・鶏ガラだし	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・こんぶだし・にんじん・油揚げ・醤油・ かつおだし・刻み昆布 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	豆乳坦々うどん・じゃがバター 干しうどん・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・豆乳・味噌 くだもの
木	10 24	魚のみそ焼き にんじんといんげんのごま和え♥ ごはん みそけんちん汁	魚(ぶり、またはさわら)・みりん・味噌・生姜 0歳児)とろみ別皿についています(食べにくい時用) にんじん・いんげん・ごま・醤油・かつおだし・素精糖 精白米・胚芽米 豆腐・ごぼう・だいこん・にんじん・里芋・長葱・なたね油・青菜・味噌・かつおだし・こんぶだし	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・トマト缶・ ケチャップ・パルメザンチーズ・塩・なたね油 くだもの・牛乳	ジャムラスク 食パン(乳入り)・ジャム 麦茶	豆腐ツナハンバーグ・ポテトサラダ 豆腐・まぐろ缶・にんじん・玉葱・椎茸・万能ねぎ・パン粉・醤油・菜種油 じゃが芋・人参・きゅうり・アレルギー用マヨネーズ・塩・りんご・オリーブ油・米酢 ロールパン(卵なし・乳入り)・スープ
金	25	千草焼き 昆布豆♥ ごはん だいこんとほたてのスープ	豚ひき・玉葱・にんじん・卵・生姜・青菜・菜種油・みりん・醤油・塩・かつおだし 大豆・にんじん・昆布・素精糖・醤油・いんげん・かつおだし 精白米・胚芽米 だいこん・青菜・ほたて缶・塩蔵わかめ・塩・醤油	パンケーキ(ホットケーキ♥) ホットケーキミックス(無糖)・卵・牛乳・素精糖・バター・はちみつ 全粒粉 くだもの・牛乳	しょうがごはんおにぎり 精白米・胚芽米・生姜・油揚げ・人参・ 海苔・酒・塩・醤油 麦茶	魚の蒸し焼き・かぼちゃそぼろあん 魚・醤油・みりん・玉葱・しめじ・バター・塩 かぼちゃ・豚ひき・片栗粉・酒・醤油・素精糖 生姜ごはんおにぎり・味噌汁
土	12 26	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・豚ひき・なたね油・にんじん・長葱・干し椎茸・青菜・かつおだし・昆布だし・醤油・塩・片栗粉 ブロッコリー・にんじん・マヨネーズ・ケチャップ・塩 みかん缶・もも缶・パイン缶・上白糖・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 > ぞうぐみかもう一度食べたいとリクエストしたメニューが2月、3月 に出てきます(♥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448kcal たんぱく質18.0g 脂質15.1g * 幼児)エネルギー582kcal たんぱく質23.1g 脂質19.6g

* 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。