



2月こんだて



熱量 406kcal タンパク質 16.5g (あひる) 吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ
2 鶏煮 ・ 16 マカロニサラダ (月)味噌汁	米 鶏肉 砂糖 醤油 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 ハム マヨネーズ 白菜 茄子 油揚げ 昆布 鰹節 味噌	ツナサンド 食パン シーチキン缶 マヨネーズ 牛乳	9 ごはん 千草焼き ・ 白菜と油揚げのたいた (月)味噌汁	米 卵 豚ミンチ 人参 グリンピース 砂糖 みりん 醤油 白菜 油揚げ 人参 玉葱 こんにゃく 砂糖 醤油 麩 もやし なめこ 昆布 鰹節 味噌	ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳
17 五目豆 (火)澄まし汁	米 鯖 塩 水煮大豆 竹輪 ごぼう 人参 こんにゃく 昆布 砂糖 醤油 油 キャベツ 玉葱 えのき 昆布 鰹節 薄口醤油	ベーグドポテト じゃが芋 チーズ マーガリン 	10 ごはん 手羽元のマーマレード ・ 24 野菜のポトフ風煮 (火)味噌汁	手羽元 マーマレード 醤油 大根 玉葱 人参 ウインナー コンソメ 薩摩芋 小松菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	おからケーキ 小麦粉 卵 マーガリン おから レーズン 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳
4 ごはん チャプチェ カリフラワーの醤油和え (水)味噌汁	米 豚肉 人参 胡瓜 玉葱 春雨 砂糖 醤油 ごま油 カリフラワー 醤油 麩 小松菜 人参 昆布 鰹節 味噌	五平餅 米 砂糖 味噌 みりん 片栗粉 すり胡麻 牛乳	25 チャーハン 回鍋肉 中華胡瓜 (水)味噌汁	米 玉葱 人参 ウインナー 青葱 卵 油 醤油 塩 豚肉 キャベツ ピーマン 人参 玉葱 味噌 醤油 酒 砂糖 片栗粉 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 青梗菜 豆腐 人参 昆布 鰹節 味噌	カステラ  牛乳
5 ・ 19 野菜サラダ (木)	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 ハヤシルウ 小麦粉 油 キャベツ 小松菜 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ	☆しらすおせんべい 餃子の皮 しらす マヨネーズ 青のり 粉チーズ 牛乳	12 ナポリタン ・ 26 果物 バナナ オレンジ (木)コーンスープ	スパゲッティ 油 人参 玉葱 ピーマン ハム 醤油 マッシュルーム コンソメ ケチャップ 粉チーズ トマト缶 バナナ オレンジ 玉葱 ベーコン 豆苗 クリームコーン コンソメ	ゆかりのおにぎり 米 ゆかり 牛乳
6 豆腐と豚肉の炒め煮 ・ 20 めざし (金)味噌汁	米 豆腐 豚肉 人参 玉葱 こんにゃく しめじ 砂糖 醤油 油 片栗粉 めざし そうめん 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	ジャム蒸しパン 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 苺ジャム ベーキングパウダー 牛乳	13 ごはん 鮭の磯辺焼き ・ 27 じゃが芋の金平 (金)味噌汁	米 鮭 みりん 醤油 青のり じゃが芋 人参 こんにゃく 竹輪 黒胡麻 砂糖 醤油 油 キャベツ 大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌	(13日)フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン (27日)ミルクロール 牛乳
7 ・ 21 薩摩芋の煮物 (土)	うどん 法蓮草 かまぼこ 人参 卵 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油	スナックスティックパン 牛乳	14 ・ 28 味噌汁 (土)	米 鶏肉 人参 玉葱 赤パプリカ ピーマン 酒 みりん 砂糖 醤油 油 白菜 人参 しめじ 昆布 鰹節 味噌	ぶどうパン 牛乳
備 考	3日(火) 節分 * 散らし寿司 * 鱈の煮魚 * 五目豆 * 澄まし汁	(おやつ) * きなこボーロ * みかん * 牛乳 	18日(水)お弁当保育 (おやつ) * 豚汁 牛乳 	25日(水)お誕生日会 豚肉 大根 人参 キャベツ ごぼう 青葱 しめじ こんにゃく 昆布 鰹節 味噌 	

