



# 2月こんだて



熱量 406kcal タンパク質 16.5g (ひよこ) 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 マヨネーズ  白菜 茄子 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 人参 玉葱 砂糖 醤油 麩 もやし 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 ごはん 焼き魚  煮物 (火)澄まし汁	米 鯖 塩  薩摩芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油  キャベツ 玉葱 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 ウィンナー 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 煮物  カリフラワーの醤油和え (水)味噌汁	米 豚肉 人参 胡瓜 玉葱 薩摩芋 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	塩おにぎり 米 塩  牛乳	25 チャーハン 回鍋肉  中華胡瓜 (水)味噌汁	米 玉葱 人参 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	じゃが芋のおやき じゃが芋 砂糖 醤油 片栗粉  牛乳
5 ・ 19 クリームシチュー 野菜サラダ (木)	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 小麦粉 牛乳 コンソメ 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 ・ 26 ナポリタン 果物 バナナ オレンジ (木)コーンスープ	うどん 油 人参 玉葱 ピーマン 醤油 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 豆苗 クリームコーン コンソメ	おにかおにぎり 米 鰹節 薄口醤油  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 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 ・ 27 ごはん 鮭の磯辺焼き 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 南瓜 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 かやくうどん 薩摩芋の煮物 (土)	うどん 法蓮草 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 照り焼きチキン丼 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 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 米 ちりめんじゃこ 人参 胡瓜 卵 砂糖 醤油 酢 砂糖 塩 海苔 * 鱈の煮魚 鱈 砂糖 醤油 * 煮物 薩摩芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 * 澄まし汁 キャベツ 玉葱 昆布 鰹節 薄口醤油	(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 	豚肉 大根 人参 キャベツ ごぼう 青葱 昆布 鰹節 味噌  	25日(水)お誕生日会  

