



# 2月こんだて



熱量 519Kcal タンパク質 21.3g

(うさぎ) (幼児)

吉祥院こども園

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

