

平成30年度 2月献立表

さかえ保育所

節分会

日	曜日	献立名	3時のおやつ	主要材料名		
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
1	金	ごはん フルーツ いわしのかば焼き 豚汁	さつまいもと大豆の かりんとう 牛乳	いわし 豚肉 みそ 煮干しいりこ 油揚げ 豆腐 大豆 牛乳	米 片栗粉 米粉 里芋 さつまいも	大根 人参 ごぼう 葱 生姜
2	土	煮込み風うどん 小松菜のソテー フルーツ	お菓子 牛乳	鶏肉 かまぼこ 卵 わかめ しらす干し 牛乳	うどん	玉葱 人参 ほうれん草 干しいたけ 小松菜 キャベツ
4	月	ごはん フルーツ すき焼き風煮 切干大根のゴマネーズ	お好み焼き 牛乳	牛肉 豆腐 ツナ 卵 青のり かつお節 豚肉 牛乳	米 こんにやく ごま マヨネーズ 小麦粉	白菜 玉葱 人参 春菊 白葱 もやし 小松菜 キャベツ 切干大根
5	火	バターロール フルーツ チリコンカン 人参サラダ	クラッカーサンド いりこ 牛乳	牛肉 豚肉 大豆 ツナ いりこ 牛乳	バターロール ブルーベリー・いちごジャム クラッカー	玉葱 人参 ビーマン しめじ パセリ グリーンピース コーン いんげん トマト缶 ブロッコリー キャベツ
6	水	ごはん フルーツ 魚のおろし煮 みそ汁	フルーツヨーグルト お茶	白身魚 豆腐 油揚げ みそ 煮干しいりこ ヨーグルト	米 片栗粉	大根 人参 葱 玉葱 白菜 豆苗 パナナ パイン缶 桃缶 みかん缶
7	木	ごはん フルーツ 肉じゃが ひじきとれんこんのサラダ	揚げパン 牛乳	豚肉 ツナ ひじき きな粉 牛乳	米 じゃが芋 ごま こんにやく マヨネーズ 味付けパン	玉葱 人参 いんげん れんこん キャベツ
8	金	ごはん フルーツ ポークソテー 大根なます	プリン お茶	豚肉 しらす干し わかめ ホエイパウダー	米 ごま	いんげん 干しいたけ 玉葱 人参 キャベツ ニラ しめじ 大根
9	土	みそラーメン じゃが芋のソテー フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 かまぼこ わかめ みそ ウィナー 牛乳	中華麺 じゃが芋	玉葱 人参 もやし 葱 コーン
12	火	ごはん フルーツ 大豆のカミカミ揚げ けんちん汁	ツナコーントースト いりこ 牛乳	豚肉 豆腐 油揚げ 大豆 ひじき 卵 ツナ いりこ 牛乳	米 さつまいも 小麦粉 こんにやく 食パン マヨネーズ	いんげん 人参 玉葱 大根 ごぼう 葱 コーン パセリ
13	水	ごはん フルーツ みそおでん風煮 ほうれん草のごま和え	フライドポテト 牛乳	鶏肉 さつまいも揚げ みそ うずら卵 生揚げ 青のり かまぼこ 牛乳	米 こんにやく ごま じゃが芋	いんげん 干しいたけ 人参 大根 ほうれん草 キャベツ
14	木	バターロール フルーツ 白身魚のチーズ焼き 小松菜の炒め物	ココアプリン お茶	白身魚 チーズ ウィナー 牛乳	バターロール	小松菜 人参 キャベツ コーン パセリ
15	金	ハヤシライス 野菜のマヨネーズサラダ フルーツ	いちごゼリー 牛乳	牛肉 牛乳	米 マヨネーズ	玉葱 人参 しめじ パセリ グリーンピース トマト缶 コーン ブロッコリー キャベツ
16	土	かやくうどん キャベツのソテー フルーツ	お菓子 牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ わかめ しらす干し 牛乳	うどん	干しいたけ 人参 玉葱 ほうれん草 キャベツ
18	月	バターロール フルーツ コロケ 野菜スープ	さつまいもと りんごの甘煮 牛乳	豚肉 卵 ウィナー 牛乳	バターロール 小麦粉 パン粉 じゃが芋 さつまいも	グリーンピース 玉葱 人参 白菜 もやし パセリ りんご
19	火	ごはん フルーツ 麻婆白菜 パンサンデー	お麩ラスク いりこ 牛乳	豚肉 ちくわ 豆腐 卵 みそ かまぼこ いりこ 牛乳	米 ごま ごま油 片栗粉 春雨 お麩 マーガリン	干しいたけ 玉葱 人参 白菜 ニラ 生姜 きゅうり
20	水	ごはん フルーツ 豚肉の生姜焼き カリフラワーのマヨネーズ和え	りんごゼリー 牛乳	豚肉 かつお節 寒天 牛乳	米 マヨネーズ	人参 玉葱 しめじ もやし 生姜 いんげん コーン キャベツ カリフラワー アップルジュース
21	木	バターロール フルーツ 白菜と肉団子のスープ キャベツのゆかり和え	ヨーグルト お茶	鶏肉 ヨーグルト	バターロール 春雨 片栗粉	大根 白菜 人参 生姜 チンゲン菜 干しいたけ 豆苗 キャベツ
22	金	ごはん フルーツ 鯖の塩焼き 豚汁	フルーチェ お茶	鯖 豚肉 油揚げ 豆腐 みそ 煮干しいりこ 牛乳	米 こんにやく さつまいも	大根 人参 豆苗 ごぼう
23	土	ちゃんぽんめん 粉ふき芋 フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 かまぼこ 牛乳	中華麺 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 キャベツ 葱
25	月	チキンカレー ブロッコリーサラダ フルーツ	バナナケーキ ホイップ添え 牛乳	鶏肉 ホイップクリーム 卵 牛乳	米 じゃが芋 ホットケーキミックス マーガリン	人参 玉葱 グリーンピース コーン ブロッコリー キャベツ バナナ
26	火	バターロール フルーツ ポトフ マカロニサラダ	白玉フルーツポンチ 牛乳	ウィナー ツナ 豆腐 牛乳	バターロール じゃが芋 マカロニ マヨネーズ 白玉粉	大根 人参 キャベツ 玉葱 セロリ ブロッコリー コーン きゅうり バナナ パイン缶 桃缶 みかん缶
27	水	ごはん フルーツ 中華風炒め ひじきナムル	ぶどうゼリー 牛乳	豚肉 ひじき 寒天 牛乳	米 片栗粉 ごま ごま油	玉葱 白菜 人参 ニラ 生姜 もやし たけのこ 小松菜 干しいたけ ぶどうジュース
28	木	バターロール フルーツ ササミフライ 春雨スープ	ヨーグルト お茶	鶏肉 卵 ヨーグルト	バターロール 小麦粉 パン粉 春雨	トマト もやし 人参 玉葱 ニラ 生姜

誕生日会

※マヨネーズは、アレルギー対応のものを使用しています。