

2020年2月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	体の調子を整える(緑)
1	土	うどん	カレーうどん フレンチサラダ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛肉・スキムミルク ロースハム 牛乳	うどん・油・カレールウ 油 お菓子	人参・玉葱・葱 人参・きゅうり・キャベツ・コーン 果物
3	月	ごはん	いわしの塩焼き(以上児) こいわしの天ぷら(未満児) 大豆のはじき揚げ さつまいも汁 ☆牛乳・きなこカップケーキ	いわし こいわし 水煮大豆 豚肉・豆腐・油揚げ・みそ 牛乳・豆乳・きなこ	揚げ油・小麦粉 片栗粉・砂糖・油・ごま さつまいも 砂糖・小麦粉・油	人参・大根・ごぼう・葱
4	火	ごはん	鶏肉の照り焼き 小松菜としらすの炒め和え すまし汁 ☆牛乳・ココアプリン・昆布	鶏肉 油揚げ・ちりめん 豆腐・昆布 牛乳・昆布	砂糖 油 ココアプリンの素	小松菜・キャベツ・人参 人参・えのき・みつば
5	水	ごはん	肉豆腐 粉ふき芋 フルーツ ☆牛乳・ツナとにらの落とし焼き	牛肉・豆腐 青のり 牛乳・卵・ツナ缶	砂糖・油 じゃがいも 小麦粉・砂糖・油	玉葱・人参・しめじ・葱 人参 果物 にら・葱・コーン
6	木	ごはん	八宝菜 和風サラダ フルーツ ☆牛乳・シュガーラスク	豚肉・蒲鉾・えび・うずら卵 ちりめん・わかめ 牛乳	油・片栗粉・砂糖 春雨・油・砂糖 ロールパン・砂糖・マーガリン	人参・玉葱・白菜・ピーマン・コーン・干し椎茸 人参 果物
7	金	ごはん	吉野煮 スパゲティサラダ フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	鶏肉・生揚げ ツナ 牛乳・チーズ	じゃが芋・砂糖・片栗粉 スパゲティ・マヨネーズ コーンフレーク	大根・人参・いんげん きゅうり・キャベツ・人参・コーン 果物
8	土	中華麺	みそラーメン 切干大根の甘酢和え ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉・蒲鉾・わかめ・みそ ハム 牛乳	中華麺 ごま・砂糖 お菓子	玉葱・人参・もやし・葱・コーン 切干大根・人参 果物
10	月	ごはん	さけの黄金焼き いんげんのおかか和え かき玉汁 ☆フルーツヨーグルト	さけ・チーズ 鰹節 卵 ヨーグルト・スキムミルク	マヨネーズ 片栗粉	人参 いんげん・人参 人参・玉葱・葱 フルーツ缶
12	水	ごはん	大根と豚肉の煮物 小松菜のチーズ和え フルーツ ☆牛乳・フライドポテト	豚肉・油揚げ チーズ・ちりめん 牛乳	砂糖・油 ごま・ごま油 揚げ油・フレンチポテト	大根・大根の葉・人参・生姜 小松菜・キャベツ・人参 果物
13	木	ごはん	かき揚げ(ほす) 大根なます 豆腐のみそ汁 ☆牛乳・クラッカーサンド(黒ゴマ)	えび わかめ・ちりめん 豆腐・みそ・煮干し・わかめ 牛乳	さつまいも・小麦粉・揚げ油 ごま・砂糖 黒ゴマ・砂糖・マーガリン・クラッカー	れんこん・人参・玉葱・ピーマン 大根・人参 玉葱・葱
14	金	ごはん	ピーフシチュー カリフラワーの甘酢和え フルーツ ☆牛乳・バレンタインクッキー	牛肉 牛乳・豆乳	じゃがいも・ピーフシチューの素 砂糖 小麦粉・砂糖・油	人参・玉葱・グリーンピース・しめじ カリフラワー・人参 果物
15	土		 ☆牛乳・お菓子	牛乳	お弁当の日 お菓子	



15日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい