

# 令和2年度 2月 給食献立表

ひまわりいしうち保育園

日	曜	黄	献立名	主要材料		
				赤 血や肉になる	青 热や力になる	緑 体の調子を整える
1	月	ごはん	八宝菜 パンサンスー フルーツ ☆ ポテトおやき・牛乳	豚肉 うずら卵 えび 卵 かまぼこ ちりめん 牛乳	油 かたくり粉 砂糖 春雨 ごま ごま油 油 砂糖 じゃがいも 上新粉 ごま	人参 玉ねぎ 白菜 ピーマン コーン 干ししいたけ 人参 きゅうり 玉ねぎ フルーツ 小松菜
※	火	ごはん	恵方巻 いわしのつみれ汁 フルーツ ☆ きなこサンド・牛乳	卵 カニかまぼこ エビフライ 海苔 つみれ 紺豆腐 きなこ 牛乳	米 マヨネーズ ロールパン 砂糖 バター	きゅうり 白菜 葱 しいたけ 人参 フルーツ
			クリームシチュー キャベツと卵のサラダ フルーツ ☆ 黒ごまちんすこう・牛乳	豚肉 牛乳 スキムミルク 粉チーズ ハム 卵 牛乳	じゃがいも シチューの素 油 小麦粉 油 三温糖 黒ごま	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ コーン フルーツ
			すき焼き風煮 ブロッコリーの塩炒め フルーツ ☆ お好み焼き・牛乳	牛肉 焼き豆腐 卵 ハム 青のり 牛乳	麩 油 砂糖 油 小麦粉	白菜 玉ねぎ 人参 葱 春菊 ブロッコリー コーン しめじ キャベツ 人参 フルーツ 葱 コーン キャベツ
※	木	ごはん	赤魚のカレー揚げ 卵の花 生揚げのみそ汁 フルーツ ☆ レーズン蒸しパン・牛乳	赤魚 おから 鶏ひき肉 生揚げ みそ スキムミルク 牛乳	油 小麦粉 板こんにゃく 砂糖 ごま油 ホットケーキミックス 砂糖	人参 葱 玉ねぎ 人参 葱 かぼちゃ フルーツ レーズン
			スパゲティイタリアン コンソメスープ フルーツ ☆ お菓子・牛乳	ベーコン ウィナー 卵 粉チーズ わかめ 牛乳	スパゲティ 油 お菓子	人参 ピーマン 玉ねぎ ホールトマト しめじ ケチャップ 玉ねぎ 人参 コーン 葱 フルーツ
			チーズコロッケ キャベツのスープ フルーツ ☆ 白玉ポンチ・牛乳	牛ひき肉 チーズ スキムミルク わかめ ベーコン 牛乳	じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 白玉粉	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ 人参 葱 フルーツ パイン缶 みかん缶 黄桃缶
※	火	ごはん	さばの塩焼き 卵焼き みそけんちん汁 フルーツ ☆ じゃこトースト・牛乳	さば 卵 豆腐 油揚げ みそ ちりめん 牛乳	里芋 板こんにゃく 油 パン マヨネーズ	大根 ごぼう 人参 葱 干ししいたけ フルーツ パセリ
			チキンカレー 小松菜のチーズ和え フルーツ ☆ プリンアラモード・牛乳	鶏肉 チーズ ちりめん 牛乳	米 じゃがいも カレルウ 油 ごま油 ごま プリンの素 ホイップ	人参 玉ねぎ グリンピース 小松菜 フルーツ チェリー缶
			魚のおろし煮 さつま汁 フルーツ ☆ おにぎり・牛乳	白身魚 豚肉 豆腐 油揚げ みそ かつお節 塩昆布 牛乳	小麦粉 油 さつまいも 米	大根 人参 葱 人参 大根 ごぼう 葱 フルーツ
※	水	ごはん	ちゃんぽんめん 粉ふきいも フルーツ ☆ お菓子・牛乳	豚肉 かまぼこ えび 青のり 牛乳	中華麺 油 かたくり粉 じゃがいも お菓子	人参 玉ねぎ 葱 白菜 フルーツ
			鮭のムニエル 白菜と肉団子のスープ フルーツ ☆ フルーツゼリー・牛乳	鮭 肉団子 牛乳	小麦粉 バター 春雨 かたくり粉 ゼリーの素	白菜 人参 葱 生姜 干ししいたけ フルーツ 黄桃缶 パイン缶
			かきあげ 大根なます フルーツ ☆ あんバーターサンド・牛乳	えび 卵 わかめ ちりめん あんこ 牛乳	さつまいも 小麦粉 油 ごま 砂糖 ロールパン バター	葱 人参 玉ねぎ ピーマン 大根 人参 フルーツ
17	水	ごはん	肉豆腐 切干大根のごまネーズ フルーツ ☆ ヨーグルト・いりこ	牛肉 焼き豆腐 ハム ヨーグルト いりこ	油 砂糖 ごま 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 しめじ 葱 切干大根 小松菜 フルーツ