

令和4年 2月献立表

山の手保育園

		3歳未満児		全 員 共 通							
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ	主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名	
1	火		オレンジ 牛乳		肉じゃが	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油	☆コールスローサラダ	キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	キウイ	田舎おにぎり 麦茶	米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 ごま
2	水		ヨーグルト 麦茶		炒り豆腐	鶏肉 豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 青梗菜 かまぼこ 油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 スキムミルク	じゃこわかめ	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	リンゴ	芋ようかん 牛乳	さつまいも 砂糖 粉寒天
3	木		キウイ 牛乳		鬼さんハンバーグ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 パン粉 塩こしょう グリンピース スパゲティ麺 鶏がらスープの素 醤油 とんがりコーン ケチャップ ソース	ビーンズサラダ	ミックスビーンズ レタス 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 油	いちご	恵方ロール 牛乳	食パン 生クリーム きなこ 小豆缶
4	金		リンゴ 麦茶		鯛の味噌煮	鯛 生姜 味噌 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	☆根菜きんぴら	ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま	バナナ	野菜キッシュ 牛乳	ホットケーキミックス 玉葱 ほうれん草 ベーコン チーズ 卵 牛乳 スキムミルク
5	土		オレンジ 牛乳		ちゃんぽん	豚肉 玉葱 人参 もやし キャベツ かまぼこ 葱 中華麺 鶏がらスープの素 醤油 みりん 煮干だし	黒ごま南瓜	南瓜 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	菓子 牛乳	菓子
7	月		バナナ 麦茶		ポパイオムレツ	卵 鶏ミンチ ほうれん草 玉葱 人参 しめじ 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	ミニトマト	すなっ麩 牛乳	麩 バター グラニュー糖
8	火		ちりめん 牛乳		ニラ豚丼	豚肉 ニラ 玉葱 人参 もやし エリンギ ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	みかん	コーントースト 牛乳	食パン クリームコーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう パセリ
9	水		ヨーグルト 麦茶		白菜グラタン	鶏肉 白菜 玉葱 人参 ブロッコリー 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ	ひじき煮	ひじき 人参 干し椎茸 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒	リンゴ	さつまいも蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス さつまいも 牛乳 スキムミルク
10	木		オレンジ 牛乳		高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 葱 油 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	小松菜のじゃこ和え	小松菜 人参 もやし ちりめん 砂糖 醤油	キウイ	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま
12	土		チーズ 麦茶		ミートスパゲティ	合挽ミンチ 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 ピーマン 油 スパゲティ麺 ケチャップ コンソメ 砂糖	コンソメスープ	玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ コンソメ 醤油 煮干だし パセリ	バナナ	菓子 牛乳	菓子
14	月		キウイ 牛乳		☆鮭フライ タルタルソース	鮭 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 卵 玉葱 胡瓜 マヨネーズ スキムミルク	カリカリ ベーコンサラダ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	リンゴ	ココアマフィン 牛乳	ホットケーキミックス ココア 卵 バター 砂糖 スキムミルク 粉糖
15	火		ヨーグルト 麦茶		☆大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	ちくわの酢の物	ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま	みかん	ふんわりきなこ 牛乳	麩 バター きなこ 砂糖
16	水		リンゴ 牛乳		冬野菜カレー	牛肉 玉葱 人参 しめじ かぶ じゃが芋 ほうれん草 油 カレールー スキムミルク	野菜の昆布締め	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布	バナナ	☆海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり 醤油 みりん ごま
17	木		オレンジ 麦茶		豚肉のチャプチェ	豚肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 もやし 白葱 ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう	☆切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	キウイ	ツナサンド 牛乳	食パン ツナ缶 玉葱 マヨネーズ 塩こしょう スキムミルク パセリ
18	金		ちりめん 牛乳		千草焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 油 砂糖 醤油 スキムミルク	レバー煮	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油	ミニトマト	メープルバナナホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス メープルシロップ バナナ 豆乳 スキムミルク バター
19	土		キウイ 麦茶		南瓜の クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 南瓜 グリンピース シチュールー スキムミルク	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ 醤油 塩こしょう	チーズ	菓子 牛乳	菓子
21	月		バナナ 牛乳		鯛の満点バーグ	鯛ミンチ 生姜 ちりめん さつまいも 豆腐 葱 卵 青のり ごま 片栗粉 味噌 醤油 みりん スキムミルク	ほうれん草のごま和え	ほうれん草 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま	リンゴ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きなこ 砂糖 塩
22	火		ヨーグルト 麦茶		けんちん汁	鶏肉 人参 ごぼう かぶ 里芋 こんにゃく 豆腐 油揚げ 葱 薄口醤油 みりん 煮干だし	海苔チーズ納豆	納豆 刻み海苔 粉チーズ 人参 小松菜 砂糖 醤油	キウイ	抹茶ミルク蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス 抹茶 牛乳 スキムミルク コンデンスミルク
24	木		オレンジ 牛乳		☆鶏肉の味噌マヨ焼き	鶏肉 塩こしょう 味噌 マヨネーズ	昆布煮	刻み昆布 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	☆お好みごはん 麦茶	米 卵 ニラ ちりめん チーズ 油
25	金		リンゴ 麦茶		ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	白菜のツナ和え	白菜 人参 わかめ ツナ缶 砂糖 醤油 酢	バナナ	シュガーラスク 牛乳	食パン バター グラニュー糖
26	土		キウイ 牛乳		海鮮ビーフン	豚肉 いか えび 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ごま油 ビーフン麺 ソース 塩こしょう	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 卵 玉葱 人参 えのき 鶏がらスープの素 醤油	みかん	菓子 牛乳	菓子
28	月		チーズ 麦茶		大根入り麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 大根 生姜 ニンニク 玉葱 人参 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	ひじきナムル	ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	リンゴ	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス 黒ごま 卵 豆腐 バター 砂糖 スキムミルク

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります