

令和2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	土		チーズ 牛乳	<b>和風スパゲティ</b>	ベーコン 玉葱 人参 しめじ エリンギ 生椎茸 ほうれん草 スパゲティ ニンニク 醤油 バター 塩こしょう	<b>わかめスープ</b>	わかめ 豆腐 玉葱 人参 葱 ごま 醤油 鶏ガラスープの素 煮干し	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
3	月		ちりめん 牛乳	<b>鬼さんハンバーグ</b>	鶏ミンチ 豚ミンチ 玉葱 人参 パン粉 卵 油 塩こしょう グリーンピース スパゲティ ソース とんがりコーン ケチャップ	<b>ビーンズサラダ</b>	大豆 ハム 胡瓜 人参 レタス コーン缶 砂糖 醤油 酢 油	オレンジ	<b>節分クッキー 牛乳</b>	小麦粉 砂糖 バター ココア
4	火		バナナ 牛乳	<b>☆鶏ごぼう丼</b>	鶏肉 卵 玉葱 人参 ごぼう えのき 糸こんにゃく 葱 油 砂糖 醤油 みりん 煮干し	<b>ほうれん草のナムル</b>	ほうれん草 人参 もやし ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	リンゴ	<b>ひじきおにぎり 麦茶</b>	米 ひじき 人参 油揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 油
5	水		ヨーグルト 麦茶	<b>里芋の味噌シチュー</b>	鶏肉 ベーコン 玉葱 人参 里芋 しめじ いんげん 白菜 バター 牛乳 コンソメ 味噌 シチュールー スキムミルク	<b>☆ピーマンの カラフル炒め</b>	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ ちりめん 人参 油揚げ 砂糖 醤油 ごま油	みかん	<b>マカロニあべかわ 牛乳</b>	マカロニ きな粉 砂糖 塩
6	木		オレンジ 牛乳	<b>鯖のオーロラソース</b>	ぶり 醤油 生姜 片栗粉 油 ケチャップ マヨネーズ スキムミルク	<b>厚揚げの味噌煮</b>	厚揚げ 小松菜 玉葱 人参 油 砂糖 みりん 味噌 スキムミルク	キウイ	<b>☆ミルクラスク 牛乳</b>	食パン コンデンスミルク
7	金		リンゴ 牛乳	<b>☆けんちん汁</b>	鶏肉 豆腐 人参 ごぼう 大根 里芋 こんにゃく 油揚げ 葱 醤油 みりん 煮干し	<b>五目納豆</b>	納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	バナナ	<b>はりはり蒸しパン 牛乳</b>	さつま芋 小麦粉 スキムミルク 豆乳 ベーキングパウダー 砂糖 塩
8	土		みかん 牛乳	<b>肉うどん</b>	牛肉 玉葱 人参 かまぼこ 油揚げ 葱 うどん麺 砂糖 醤油 みりん 煮干し	<b>黒ゴマさつま</b>	さつま芋 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
10	月		バナナ 牛乳	<b>麻婆豆腐</b>	豚ミンチ 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 筍 ピーマン ニンニク 生姜 葱 ごま油 砂糖 醤油 味噌 スキムミルク 片栗粉	<b>五色ナムル</b>	小松菜 人参 もやし 黄パプリカ ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	<b>しそチーズおにぎり 麦茶</b>	米 ゆかり チーズ
12	水		キウイ 牛乳	<b>お好み焼き風卵焼き</b>	卵 ベーコン 玉葱 人参 キャベツ ピーマン スキムミルク 油 ソース かつお節 青のり	<b>レバー煮</b>	鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油	リンゴ	<b>☆コーンフレークケキ 牛乳</b>	コーンフレーク マシュマロ バター
13	木		ヨーグルト 麦茶	<b>ポークビーンズ</b>	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ピーマン じゃが芋 油 ホールトマト缶 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	<b>わかめソテー</b>	わかめ 人参 玉葱 ちりめん 葱 砂糖 醤油 ごま油	みかん	<b>かぼちゃサンド 牛乳</b>	食パン 南瓜 砂糖 バター スキムミルク
14	金		オレンジ 牛乳	<b>白葱カレー</b>	鶏ミンチ 玉葱 人参 白葱 白菜 生椎茸 大豆 グリンピース スキムミルク カレールー ケチャップ 油	<b>☆かみかみサラダ</b>	さきいか ごぼう 人参 胡瓜 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 醤油 ごま	いちご	<b>ブラウニー 牛乳</b>	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 ココア 砂糖 マーメイド バター
15	土		チーズ 牛乳	<b>五目ビーフン</b>	豚肉 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 干し椎茸 ビーフン ごま油 ソース 醤油 塩こしょう	<b>青梗菜と卵のスープ</b>	青梗菜 玉葱 人参 えのき 卵 葱 鶏ガラスープの素 醤油 煮干し	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
17	月		リンゴ 牛乳	<b>チーズオムレツ</b>	卵 牛ミンチ チーズ ほうれん草 玉葱 人参 しめじ スキムミルク バター 塩こしょう ケチャップ	<b>ツナと 小松菜のソテー</b>	青梗菜 人参 コーン缶 ツナ缶 油 砂糖 醤油	ミニトマト	<b>☆小魚おやき 牛乳</b>	小麦粉 スキムミルク ちりめん 桜えび キャベツ 卵 葱 塩 油 ソース 青のり
18	火		バナナ 牛乳	<b>高野豆腐の卵とじ</b>	鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 ニラ スキムミルク 油 砂糖 醤油 煮干し	<b>ほうれん草の じゃこ和え</b>	ほうれん草 人参 ちりめん もやし 胡瓜 砂糖 醤油 ごま	オレンジ	<b>アップルケキ 牛乳</b>	小麦粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 砂糖 バター リンゴ
19	水		ちりめん 牛乳	<b>☆牛肉の柳川風煮</b>	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ グリーンピース 油 砂糖 醤油 煮干し	<b>海苔チーズ納豆</b>	納豆 人参 小松菜 チーズ 海苔 砂糖 醤油	キウイ	<b>☆五目おにぎり 麦茶</b>	米 豚ミンチ ごぼう 人参 いんげん 油 醤油 みりん
20	木		ヨーグルト 麦茶	<b>鯖の野菜あんかけ</b>	さば 生姜 片栗粉 小麦粉 油 玉葱 人参 ピーマン えのき 砂糖 醤油	<b>ひじきと大豆の煮物</b>	ひじき 大豆 人参 干し椎茸 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 酒 油	リンゴ	<b>たまごサンド 牛乳</b>	食パン 卵 パセリ マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう
21	金		オレンジ 牛乳	<b>いわしのつみれ汁</b>	鯛ミンチ エソミンチ 卵 片栗粉 玉葱 人参 白菜 豆腐 大根 しめじ 油揚げ 葱 味噌 スキムミルク 煮干し	<b>春雨の酢の物</b>	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	バナナ	<b>スイートポテト 牛乳</b>	さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵
22	土		リンゴ 牛乳	<b>ポトフ</b>	ベーコン ウインナー 玉葱 人参 しめじ キャベツ じゃが芋 パセリ 醤油 コンソメ	<b>温野菜の スキムソース</b>	ブロッコリー 人参 じゃが芋 マヨネーズ ケチャップ スキムミルク	チーズ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子
25	火		バナナ 牛乳	<b>骨太卵焼き</b>	卵 鶏ミンチ チーズ 切干大根 玉葱 人参 ピーマン しめじ 油 塩こしょう スキムミルク	<b>じゃがコーンソテー</b>	じゃが芋 ウインナー 玉葱 人参 コーン缶 バター 塩こしょう	いちご	<b>☆五平もち 麦茶</b>	米 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 油 ごま
26	水		キウイ 牛乳	<b>☆岩石揚げ</b>	鶏ミンチ 大豆 さつま芋 ひじき えび 人参 小麦粉 卵 スキムミルク 砂糖 醤油 油	<b>里芋のそぼろ煮</b>	鶏ミンチ 里芋 玉葱 人参 小松菜 いんげん 油 砂糖 醤油	ミニトマト	<b>☆いりこ大豆 牛乳</b>	水煮大豆 いりこ ごま 砂糖 醤油
27	木		ヨーグルト 麦茶	<b>鮭のちゃんちゃん焼き</b>	鮭 塩こしょう しめじ 生椎茸 えのき キャベツ 人参 砂糖 味噌	<b>中華和え</b>	焼き豚 チシャ 人参 胡瓜 もやし 砂糖 酢 醤油 ごま油	オレンジ	<b>かぼちゃ蒸しパン 牛乳</b>	蒸しパンミックス スキムミルク 南瓜 卵 牛乳
28	金		オレンジ 牛乳	<b>☆筑前煮</b>	鶏肉 人参 ごぼう れんこん 里芋 こんにゃく 厚揚げ 生椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	<b>☆胡瓜とわかめの 酢の物</b>	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 酢 醤油 ごま	キウイ	<b>☆きなこラスク 牛乳</b>	食パン バター スキムミルク きな粉 砂糖
29	土		リンゴ 牛乳	<b>海鮮ちゃんぽん</b>	豚肉 えび いか 玉葱 人参 キャベツ もやし 葱 中華麺 醤油 煮干し	<b>野菜の塩昆布和え</b>	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布	バナナ	<b>菓子 牛乳</b>	菓子

☆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