

# 2月のこんだて

1日(金)

完全給食  
恵方肉巻き  
豆腐と春雨のスープ  
フルーツ  
472kcal



お茶  
節分豆  
(乳児はお菓子)

4日・18日(月)

いわしのピザ風焼き  
じゃが芋のみそサラダ  
小松菜のスープ  
366kcal



牛乳  
お菓子

5日・19日(火)

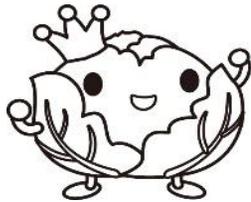
大根と高野のそぼろ煮  
わかめの酢の物  
鶏ささ身の吸い物  
314kcal



牛乳  
鬼まんじゅう(5日)  
ごぼうケーキ(19日)

6日・20日(水)

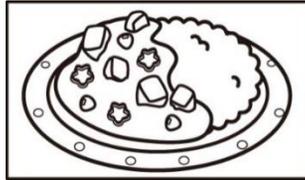
赤魚のすき焼き風煮物  
キャベツの昆布あえ  
春菊のみそ汁  
337kcal



牛乳  
お菓子

7日・21日(木)

大豆のカレー  
フルーツヨーグルト  
468kcal



牛乳  
お菓子

8日・22日(金)

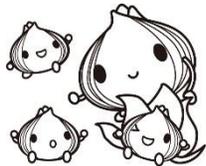
鶏肉のかりん揚げ  
切干し大根のサラダ  
けんちん汁  
443kcal



牛乳  
きなこクッキー(8日)  
お茶  
大根もち(22日)

12日・26日(火)

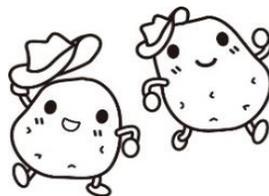
カレー肉じゃが  
いんげんのおかかあえ  
わかめスープ  
373kcal



牛乳  
アメリカン蒸しドック(12日)  
お茶  
ういろ(26日)

13日・27日(水)

さわらのごま照り焼き  
じゃが芋きんぴら  
なめこのみそ汁  
405kcal



牛乳  
お菓子

14日(木)

豆腐バーグ  
パスタサラダ  
ジュリアンスープ  
484kcal



牛乳  
お菓子

15日(金)

鶏ちゃん焼き  
ちりめんサラダ  
雪見汁  
313kcal



牛乳  
揚げたこ焼き風

25日(月)

さばの中華風みそ煮  
白菜のごま酢あえ  
豆腐のすまし汁  
402kcal



牛乳  
お菓子

28日(木)

完全給食  
ビビンバチャーハン  
ハートコロケ  
白菜のサラダ  
コンソメスープ  
フルーツ  
549kcal



お茶  
ゼリー



## 献立表

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (金)	<b>完全給食</b> 恵方肉巻き 豆腐と春雨のスープ フルーツ	米、はるさめ 砂糖、油 ごま油	牛肉、卵 絹ごし豆腐 焼きのり	にんじん、コーン オレンジ きゅうり たまねぎ チンゲンサイ	お茶 節分豆 (乳児はお菓子)
4 ・ 18 (月)	白飯 いわしのピザ風焼き じゃが芋のみそサラダ 小松菜のスープ	米、じゃがいも 小麦粉、砂糖 オリーブ油、油 ごま油、パン粉	いわし、鶏肉 とろけるチーズ みそ	こまつな、きゅうり たまねぎ、にんじん えのきたけ パセリ	牛乳 お菓子
5 ・ 19 (火)	白飯 大根と高野のそぼろ煮 わかめの酢の物 鶏ささ身の吸い物	米、砂糖 片栗粉、油	豚ひき肉 鶏ささ身 ごま、高野豆腐 わかめ	もやし、だいこん たまねぎ、えのきたけ にんじん、ねぎ グリーンピース	牛乳 鬼まんじゅう (5日) ごぼうケーキ (19日)
6 ・ 20 (水)	白飯 赤魚のすき焼き風煮物 キャベツの昆布あえ 春菊のみそ汁	米、糸こんにゃく 砂糖	あかうお 焼き豆腐 塩こんぶ みそ	キャベツ、ねぎ たまねぎ はくさい しゅんぎく にんじん	牛乳 お菓子
7 ・ 21 (木)	白飯 大豆のカレー フルーツヨーグルト	じゃがいも、米 油、砂糖	ヨーグルト 豚肉、豆乳 だいず	たまねぎ、にんじん みかん缶、バナナ パイナップル缶、もも缶 にんにく、しょうが	牛乳 お菓子
8 ・ 22 (金)	白飯 鶏肉のかりん揚げ 切干し大根のサラダ けんちん汁	米、砂糖 さといも、片栗粉 油、ごま油 こんにゃく	鶏肉、木綿豆腐 かにかまぼこ ごま、わかめ	だいこん、きゅうり にんじん、ごぼう 切り干しだいこん ねぎ、しょうが	牛乳 きなこクッキー (8日) お茶・大根もち (22日)
12 ・ 26 (火)	白飯 カレー肉じゃが いんげんのおかかあえ わかめスープ	じゃがいも、米 砂糖、油	牛肉、かつお節 わかめ	いんげん、コーン たまねぎ、ねぎ グリーンピース にんじん	牛乳 アメリカン蒸し ドック(12日) お茶・ういろ (26日)
13 ・ 27 (水)	白飯 さわらのごま照り焼き じゃが芋きんぴら なめこのみそ汁	米、じゃがいも 砂糖、ごま油	さわら、豚肉 みそ、ハム ごま	だいこん、なめこ にんじん ピーマン ねぎ	牛乳 お菓子
14 (木)	白飯 豆腐バーグ パスタサラダ ジュリアンスープ	米、スパゲティー マヨネーズ パン粉 油、砂糖 オリーブ油	合びき肉、ハム 木綿豆腐、豆乳	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	牛乳 お菓子
15 (金)	白飯 鶏ちゃん焼き ちりめんサラダ 雪見汁	米、油、砂糖 ごま油	鶏肉、赤みそ 絹ごし豆腐 しらす干し わかめ	はくさい、だいこん きゅうり、たまねぎ にんにく、しょうが にら、みつば	牛乳 揚げたご焼き風
25 (月)	白飯 さばの中華風みそ煮 白菜のごま酢あえ 豆腐のすまし汁	米、砂糖 ごま油	さば、木綿豆腐 みそ、ごま わかめ	はくさい にんじん しょうが ねぎ	牛乳 お菓子
28 (木)	<b>完全給食</b> ビビンバチャーハン ハートコロケ 白菜のサラダ コンソメスープ フルーツ	じゃがいも、米 パン粉、小麦粉 油、砂糖、ごま油	卵、合びき肉 ハム、ごま	はくさい、キャベツ みかん缶、もやし パイナップル缶、にんじん きゅうり、たまねぎ いんげん、しょうが ほうれんそう にんにく	お茶 ゼリー

※ 1日(金) 28日(木)は、完全給食です。白飯はいりません。

※ 4日(月)こあら組、14日(木)きりん組のクッキングです。