



# 2月の献立



2017年 つくし保育園

曜	日		昼 食	昼食の材料名	おやつ	おやつの材料名
月	13	27	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 酢の物 みそ汁	米 じゃが芋 豚ミンチ 人参 玉ねぎ 三度豆 砂糖 醤油 片栗粉 ひじき もやし 人参 砂糖 塩 酢 醤油 しめじ 玉ねぎ ほうれん草 豆腐 だし みそ	ロッククッキー  こんぶ	小麦粉 卵 バター 砂糖 干しブドウ B.P  こんぶ
火	14	28	ごはん 魚の甘酢揚げ 白菜の煮物 みそ汁	米 魚 片栗粉 砂糖 醤油 酢 揚げ油 白菜 人参 しめじ 油揚げ だし 砂糖 醤油 大根 玉ねぎ 青ねぎ だし みそ	芋もち	さつまいも もち きな粉 砂糖
水	1	15	牛飯 ごま和え すまし汁	米 牛肉 しめじ 糸こんにゃく ごぼう 人参 三度豆 砂糖 醤油 南瓜 人参 きゅうり キャベツ 砂糖 醤油 ごま 長芋 わかめ えのき 青ねぎ だし 塩 醤油	米粉の バナナカップケーキ	米粉 砂糖 豆乳 パナナ サラダ油 B.P
木	2	16	ごはん 魚の塩焼き 根菜のきんぴら みそ汁	米 魚 塩 れんこん ごぼう 人参 砂糖 醤油 ごま油 里芋 まいたけ 油揚げ 玉ねぎ ニラ だし みそ	フルーツ  おかき	フルーツ  おかき
金	3	17	ごはん 豚肉と厚揚げの味噌煮 ナムル すまし汁	米 豚肉 厚揚げ 人参 大根 こんにゃく 三度豆 だし 味噌 砂糖 醤油 もやし ほうれん草 人参 ニラ 塩 醤油 ごま油 玉ねぎ じゃが芋 わかめ 青ねぎ だし 塩 醤油	3日 細巻 炒り豆  17日 おにぎり 煮豆	米 酢 塩 砂糖 きゅうり 焼きのり 大豆  米 ちりめんじゃこ ごま 塩 焼きのり 豆 砂糖
土	生活展	18	ごはん 大根の煮物 みそ汁	米 大根 人参 玉ねぎ 鶏肉 三度豆 砂糖 醤油 だし 白菜 玉ねぎ 長芋 青菜 だし みそ	フルーツ  おせんべい	フルーツ  おかき
月	6	20	ごはん 魚の照り焼き 五目豆 さつま汁	米 魚 砂糖 醤油 みりん 大豆 人参 油揚げ 三度豆 こんにゃく 砂糖 醤油 さつまいも 豆腐 人参 玉ねぎ 舞茸 青菜 だし みそ	お好み焼き	牛肉 キャベツ 山芋 小麦粉 卵 だし 油 青のり 花鰹 ソース ケチャップ
火	7	21	ごはん タンドリーチキン サラダ 野菜スープ	米 鶏肉 塩 純カレー粉 ヨーグルト ケチャップ 醤油 キャベツ コーン 人参 砂糖 塩 酢 油 玉ねぎ セロリ 人参 じゃが芋 だし 塩	焼き芋  ブルー	さつまいも  ブルー
水	8	22	シーチキンそぼろ寿司 高野豆腐の煮物 すまし汁	米 ツナ缶 ひじき 人参 酢 砂糖 塩 高野豆腐 人参 玉ねぎ 三度豆 だし 砂糖 醤油 長芋 白菜 しめじ 青菜 だし 塩 醤油	切り団子の みたらし風	団子粉 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉 きな粉
木	9	23	ごはん 豚カツ 蒸し野菜 みそ汁	米 豚肉 塩 小麦粉 卵 パン粉 揚げ油 じゃが芋 人参 ブロッコリー 塩 もやし 玉ねぎ ごぼう ニラ だし みそ	おにぎり  いりこ	米 コーン 青のり 塩 焼きのり  いりこ
金	10	24	ごはん 魚の味噌漬け焼き キャベツの磯和え けんちん汁	米 魚 味噌 みりん キャベツ 人参 青菜 焼きのり 醤油 里芋 豆腐 油揚げ しめじ 人参 こんにゃく 青ねぎ ごぼう だし みそ	焼きじゃが	じゃが芋 油 塩
土	11	25	ごはん 豆腐とツナの落とし焼き みそ汁	米 豆腐 ツナ缶 わかめ 青ねぎ パン粉 塩 醤油 南瓜 玉ねぎ もやし ニラ えのき だし みそ	フルーツ  おかき	フルーツ  おかき

※ みりんを使用している献立がありますが、乳児クラスは使用していません