



2月の献立



2024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	26	ごはん・人参フライ 魚のかわりソースかけ 磯和え 豚汁	米・人参 油 魚 片栗粉 揚げ油 青ねぎ パセリ 醤油 砂糖 酢 ソース ごま油 もやし ほうれん草 人参 焼き海苔 醤油 豚肉 玉ねぎ しめじ さつま芋 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	パンプキン バターケーキ	南瓜 レーズン 小麦粉 B・p バター 砂糖 卵
火	13 27	牛飯 白和え みそ汁	米 牛肉 人参 ごぼう しめじ 糸こんにゃく 三度豆 砂糖 醤油 塩 炒め油 豆腐 人参 小松菜 ひじき ごま 砂糖 醤油 練りごま 大根 キャベツ わかめ 玉ねぎ 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	焼きコロケ	じゃが芋 玉ねぎ 豚ミンチ 塩 米粉のパン粉 油
水	14 28	ごはん 魚の野菜あんかけ なます すまし汁	米 魚 白菜 人参 玉ねぎ えのき 三度豆 砂糖 醤油 片栗粉 ごま油 大根 人参 春雨 油揚げ 砂糖 酢 塩 山芋 舞茸 玉ねぎ もやし 春菊 出し昆布 出し鰹 醤油	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
木	1 15 29	ごはん 豆腐とひき肉の蒸し物 ごま和え みそ汁	米 豆腐 豚ミンチ ひじき 青ねぎ 土生姜 片栗粉 砂糖 醤油 南瓜 人参 きゅうり 水菜 ごま 砂糖 醤油 さつま芋 わかめ 人参 玉ねぎ ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	蒸しパン ブルー	米粉 砂糖 豆乳 甘納豆 サラダ油 B・p B・s ブルー
金	2 16	ごはん 煮魚 根菜のきんぴら みそ汁	米 魚 醤油 砂糖 土生姜 豚肉 ごぼう 人参 レンコン こんにゃく ごま 醤油 砂糖 炒め油 里芋 人参 白菜 もやし 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	2日 細巻 16日 おにぎり 煮豆	米 きゅうり 焼海苔 酢 砂糖 塩 米 干しエビ 青のり 塩 焼きのり 豆 砂糖 醤油
土	3 17	ごはん 鶏肉とさつま芋の煮物 みそ汁	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 醤油 炒め油 わかめ 豆腐 キャベツ 玉ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
月	5 19	ごはん 魚のつけ焼き 白菜とわかめの酢の物 みそ汁	米 魚 砂糖 醤油 みりん 白菜 人参 わかめ 春雨 醤油 砂糖 酢 豆腐 人参 ごぼう えのき 南瓜 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	焼き大学芋	さつま芋 砂糖 醤油
火	6 20	ごはん 豚肉とじゃが芋の甘酢煮 水菜とじゃこの和え物 みそ汁	米 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ こんにゃく ピーマン 砂糖 醤油 酢 油 水菜 人参 もやし じゃこ 醤油 大根 玉ねぎ わかめ キャベツ 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	米粉のバナナケーキ	米粉 バナナ 豆乳 サラダ油 砂糖 B・p
水	7 21	ごはん 魚の利休あん 切干大根とひじきの煮物 みそ汁	米 魚 ごま 醤油 砂糖 出し鰹 片栗粉 ひじき 大豆 油揚げ 千切大根 人参 醤油 砂糖 豆腐 玉ねぎ 人参 舞茸 菜の花 煮干し 出し鰹 味噌	ハッシュドポテト	じゃが芋 ベーコン 米粉 塩 油
木	8 22	ごはん 豚カツ 小魚サラダ すまし汁	米 豚肉 山芋 米粉 塩 米粉のパン粉 揚げ油 ケチャップ ソース キャベツ 人参 わかめ じゃこ きゅうり コーン 酢 砂糖 醤油 ごま油 大根 人参 玉ねぎ もやし 出し昆布 出し鰹 醤油	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
金	9	ごはん 魚の塩焼き 筑前煮 みそ汁	米 魚 塩 鶏肉 レンコン 人参 ごぼう 里芋 こんにゃく 三度豆 醤油 砂糖 南瓜 人参 白菜 えのき 春菊 煮干し 出し鰹 味噌	黒ごまマフィン	小麦粉 砂糖 黒ごま 卵 牛乳 バター B・p
土	10 24	ごはん ケチャップ炒め みそ汁	米 牛肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ 塩 豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し

※ 乳児クラスは、みりんをしません