

平成30年度2月の給食予定献立表

つくし保育園

日	曜日	献立名	おやつ		材料名(昼食・おやつ)			エネルギー たんぱく質 脂質	アレルギー
			15:00	10:00/18:30	熱と力になるもの	からだの調子を整えるもの	体の調子を整えるもの		
25	月	豚とじゃがいもの味噌煮丼 白菜としらすの和え物 すまし汁	コーンフレーククッキー くだもの 牛乳	おせんべい	精白米 ジャガイモ 三温糖 ホットケーキミックス コーンフレーク バター	豚肉 味噌 しらす 牛乳	たまねぎ にんじん しめじ 白菜 さゅうりみかん	501 kcal 19.2 g 12 g	豚乳 小麦 大豆
12	火	きのこと鶏ひき肉のカレーライス えだまめ キャベツサラダ	もちもちはん くだもの 牛乳	ごまスティック	精白米 ジャガイモ カレールウ /ソーセージマヨ ホットケーキミックス 白玉粉	鶏ひき肉 枝豆 バルメザンチーズ 木綿豆腐 牛乳	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ さゅうり ミックスベジタブル りんご	537 kcal 21.3 g 14.9 g	小麦 鶏乳 小麦 大豆 いんご
13	水	スペゲティーミートソース ポテトサラダ コンソメスープ	フルーツゼリー 甘納豆 麦茶	カルシウムせんべい	スペゲティー 薄力粉 ジャガイモ /ソーセージマヨ 三温糖 甘納豆	合ひびき肉 スライスチーズ 牛乳	たまねぎ にんじん しめじ トマト さゅうり 長ねぎ ほうれん草	480 kcal 16.0 g 12.6 g	小麦 鶏乳
14	木	食パン カジキのタンドリー風 ボイルフロッコリー 野菜スープ	ひじきおこわおにぎり 麦茶	カステラ	食パン 精白米	かじき フレーントースト 油揚げ	しめじ たまねぎ フロッコリー 白菜 にんじん えのき ひじき しいたけ	498 kcal 22.3 g 10.5 g	小麦 乳 鶏
1	金	(1日) 節分 鬼ランチ (15日) ゆかりにご飯 みそ汁 おでん風煮物 白菜のおかか和え	(1日) マカロニきな粉 くだもの 牛乳 (15日) お誕生日ケーキ おにぎり 麦茶	クラッカー	精白米 焼きそば 麺 調合油 三温糖 マカロニ とんがりコーン	豚肉 大豆 しらす つみれ きな粉 牛乳	たまねぎ フロッコリー にんじん さゅうり 長ねぎ みかん	498 kcal 20.7 g 13.7 g	小麦 鶏乳 大豆
15		五目チャーハン 春雨サラダ 中華スープ	アップルマフィン くだもの 牛乳	ごまスティック	精白米 春雨 ごま油 三温糖 ホットケーキミックス バター	焼き豚 カニカマ 牛乳	にんじん たまねぎ しいたけ クリスピース さゅうり わかめ えのき もやし バナナ りんご	500 kcal 15.2 g 13.3 g	豚 カニ 乳 小麦 いんご バナナ
5	火	ハヤシライス えだまめ 大根サラダ	チーズトースト くだもの 牛乳	おせんべい	精白米 さつまいも ジャガイモ ハヤシルウ 調合油 食パン	牛肉 ロースハム 枝豆 スライス チーズ 牛乳	にんじん たまねぎ しめじ 大根 さゅうり りんご	545 kcal 19.4 g 15.6 g	牛肉 小麦 大豆 乳 いんご
6	水	わかめうどん とりつくねの甘辛煮 さつまいもゴマ煮	フルーツあんみつ ビスケット 麦茶	カルシウムせんべい	乾めん 三温糖 さつまいも ごまゆであずき	鶏肉 牛乳	たまねぎ わかめ にんじん 長ねぎ 寒天 もも みかん バナナ	497 kcal 14.2 g 13.2 g	小麦 鶏乳 もも バナナ
7	木	レーズンロール コロッケ コールスローサラダ 豆乳コーンスープ	梅じゃこおにぎり 麦茶	カステラ	レーズンパン マーブリン ジャガイモ 薄力粉 パン粉 調合油 /ソーセージマヨ クリームコーン 精白米	鶏ひき肉 調整豆乳 しらす	たまねぎ にんじん クリスピース キャベツ さゅうり	488 kcal 13.7 g 12.4 g	小麦 鶏 大豆
8	金	あまのりご飯 さばのごまみりん焼き 納豆和え 豚汁	レーズンココアスコーン くだもの 牛乳	クラッcker ジャムサンド 野菜スープ	精白米 ジャガイモ ホットケーキミックス	さば 納豆 豚肉 木綿豆腐 味噌牛乳	にんじん さゅうり ほうれん草 大根 れんこん ごぼう 長ねぎ バナナ	496 kcal 19.7 g 11.7 g	さば 大豆 小麦 バナナ 乳

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しいただくようお願い致します。