

2023年度 2月 給食予定献立表

つくし保育園

日付	曜日	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は10時、○は午後おやつ)
			熱と力になるもの	肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
5	19	月 (5日) マーボー豆腐丼 いんげん豆の甘煮 なすと玉ねぎのみそ汁 (19日) お弁当給食	(5日) 米、○フレンチパン、三温糖、片栗粉、ごま油	(5日) 豆腐、いんげんまめ、○牛乳、豚肉、油揚げ、○チーズ	(5日) なす、たまねぎ、ねぎ、しょうが	○ごまスティック (5日) ○チーズラスク ○牛乳 (19日) パウムクーヘン 麦茶
6	20	火 ハヤシライス はるさめサラダ 野菜コーンスープ	米、じゃがいも、○砂糖、油、はるさめ、三温糖、ごま油	○牛乳、牛肉、豆腐、○生クリーム、豆乳、○ゼラチン	○かぼちゃ、たまねぎ、コーン、にんじん、マッシュルーム、チンゲンサイ、きゅうり、えのきたけ	○せんべい ○パンフキンパバロア ○麦茶
7	21	水 ちゃんぽんラーメン 水餃子 切干大根とツナのサラダ	中華めん、○食パン、ぎょうざの皮、○三温糖、片栗粉、ごま油	豚肉、○豆乳、○卵、豆乳、ツナ	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、もやし、ごまつな、切り干しだいこん、ねぎ、干しいたけ、しょうが	○カルシウムせんべい ○豆乳フレンチトースト ○麦茶
1	15 29	木 食パン 鶏レバーとじゃがいもの甘辛煮 キャベツのゆかり和え 野菜スープ	○米、じゃがいも、食パン、油、三温糖、片栗粉、ごま油	鶏レバー、かつお節	キャベツ、にんじん、ごまつな、きゅうり、ねぎ、○わかめ、しょうが	○クラッカー ○わかめおにぎり ○麦茶
2	16	金 (2日) 鬼カレー 大豆とひじきのサラダ 白菜と春雨のスープ (16日) ひじきと青菜のごはん、さわらの西京焼き フロッコリーと人参のごまあえ けんちん汁	(2日) 米、○米、○三温糖、はるさめ、油、三温糖、すりごま (16日) 米、○バター、○小麦粉、○三温糖、ごま油、ごま	(2日) 豚ひき肉、○卵、大豆、○かにかまぼこ (16日) さわら、○生クリーム、豆腐、○卵、油揚げ	(2日) トマト、たまねぎ、にんじん、○きゅうり、はくさい、コーン、えのきたけ、ピーマン、干しぶどう、えだまめ、○焼きのり、ひじき (16日) ○みかん缶、○もも缶、だいこん、にんじん、フロッコリー、ごぼう、ねぎ、ごまつな、ひじき	○ごまスティック (2日) ○恵方巻き ○麦茶 (16日) ○お誕生日ケーキ ○麦茶
	26	月 きんぴら丼 ベイクド里芋 豆腐と小松菜のスープ	米、さといも、○薄力粉、三温糖、○三温糖、片栗粉、○油、ごま油、	○牛乳、鶏肉、豆腐	ごぼう、キャベツ、ごまつな、にんじん、○ほうれんそう、わかめ、あおのり	○クラッカー ○ほうれん草蒸しパン ○牛乳
13	27	火 ドライカレーライス 枝豆とひじきのサラダ 白菜と春雨のスープ	米、○三温糖、はるさめ、油、三温糖、すりごま	○ヨーグルト、豚肉、大豆、○生クリーム、○ゼラチン	トマト、○オレンジ果汁、たまねぎ、にんじん、はくさい、コーン、えのきたけ、ピーマン、干しぶどう、えだまめ、ひじき	○せんべい ○オレンジムース ○麦茶
14	28	水 五目うどん 焼きかぼちゃ チンゲン菜の昆布和え	○食パン、うどん、油、ごま油	○牛乳、豚肉、油揚げ	チンゲンサイ、○あんずジャム、たまねぎ、かぼちゃ、ほうれんそう、もやし、にんじん、こんぶ	○カルシウムせんべい ○あんずジャムサンド ○牛乳
8	22	木 ロールパン あじのフライ さつまいもサラダ かき玉汁	ロールパン、○米、さつまいも、パン粉、小麦粉、片栗粉、油	あじ、卵	にんじん、きゅうり、コーン、ねぎ、○こんぶ	○クラッカー ○こんぶおにぎり ○麦茶
9		金 ごはん ぶい大根 ほうれん草のしらすあえ、じゃがいもと油揚げのみそ汁	米、○さつまいも、○小麦粉、じゃがいも、○きび糖、○片栗粉、三温糖	ぶり、○牛乳、油揚げ、しらす干し	だいこん、ほうれんそう、にんじん、チンゲンサイ、しょうが	○ごまスティック ○鬼まんじゅう ○牛乳

・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。