



# 2月献立表



2017年度 烏山杉の子保育園

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	お昼	おやつ	主な材料	
月	26	肉巻きおにぎり もろきゅう 具だくさんみそ汁	蒸かし芋 牛乳*	米・大根葉・豚肉・ゴマ・ミニトマト・ サニーレタス・きゅうり・玉葱・人参・ えのき・かぶ・小松菜・油揚げ・舞茸・ 切り干し大根・さつま芋・牛乳	5 19	ごはん 豚肉の生姜焼き 和風サラダ なめことじゃが芋のみそ汁	5日シュークリームスワン* 19日★☆チョコレートケーキ* 牛乳*	米・豚肉・生姜・玉葱・サニーレタス・レタス・ ミニトマト・わかめ・ふのり・鶏肉・ゴマ・ 人参・白菜・じゃが芋・えのき・なめこ・ 小松菜・豆腐・マーガリン・卵・薄力粉・ 生クリーム・牛乳・ココア
火	13 27	★☆ピザ* 白菜とツナのサラダ コーンスープ*	みかんゼリー お茶	強力粉・イースト・牛乳・マーガリン・豚肉・ 玉葱・ニンニク・トマト・チーズ・白菜・ きゅうり・人参・ツナ・薄力粉・クリームコーン・ コーン・パセリ・アガー・みかんジュース・お茶	6 20	食パン(マーガリン)* ☆海老フライ マカロニサラダ* ポトフ	★バナナヨーグルト* お茶	食パン・マーガリン・海老・薄力粉・パン粉・ 玉葱・人参・きゅうり・マカロニ・ハム・ コーン・マヨネーズ・ウインナー・かぶ・キャベツ・ ブロッコリー・セロリ・じゃが芋・パセリ・ ヨーグルト・バナナ・お茶
水	14 28	★ほうとう ひじきの煮物 豆腐と水菜のサラダ	☆レタス炒飯* お茶	ほうとう・鶏肉・南瓜・人参・さつま芋・ 干し椎茸・白菜・長葱・生揚げ・えのき・ ひじき・ツナ・ごぼう・いんげん・水菜・ 竹輪・きゅうり・豆腐・ゴマ・米・豚肉・ 生姜・ニンニク・卵・レタス・お茶	7 21	玄米ごはん 治部煮 きゅうりとしらすの酢の物 常夜鍋	ミルクパン* 牛乳*	玄米・鶏肉・生姜・薄力粉・大根・ 人参・車麩・干し椎茸・長葱・生揚げ・ 絹さや・わかめ・しらす・きゅうり・ 豚肉・水菜・ほうれん草・しめじ・ 豆腐・強力粉・練乳・マーガリン・牛乳・ イースト
木	1 15	ごはん ★ぎょうざ 三色ナムル 春雨スープ	★☆キャラメルポップコーン* 牛乳*	米・豚肉・白菜・ニラ・ニンニク・生姜・長葱・ 餃子の皮・もやし・きゅうり・人参・ゴマ・ 鶏肉・干し椎茸・青梗菜・筍・春雨・ とうもろこし・マーガリン・生クリーム・牛乳	8 22	★☆冬野菜のカレーライス ミモザサラダ* りんごジュース	☆焼きそば お茶	米・鶏肉・玉葱・人参・しめじ・ じゃが芋・ほうれん草・南瓜・ごぼう・ 茄子・カールウ・卵・サニーレタス・きゅうり・ ミニトマト・ハム・菜の花・りんごジュース・ 蒸し麺・豚肉・キャベツ・もやし・お茶
金	2 16	大豆ごはん 目刺し かぼちゃの鶏そぼろあん さつま汁	☆アメリカンドッグ* 牛乳*	米・大豆・いわし・南瓜・鶏肉・生姜・ 玉葱・さつま芋・大根・人参・ こんにやく・油揚げ・小松菜・ごぼう・ MIX粉・ウインナー・卵・牛乳	9 23	ごはん 鰯大根 納豆 せんべい汁	★大きなビスケット* 牛乳*	米・鰯・大根・人参・こんにやく・ 干し椎茸・ごぼう・いんげん・納豆・ 青葱・鶏肉・キャベツ・ほうれん草・ 長葱・南部せんべい・薄力粉・ 強力粉・全粒粉・卵・マーガリン・牛乳
土	3 17	パエリア キャベツとトマトのスープ	お菓子* 牛乳*	米・鶏肉・イカ・海老・帆立・玉葱・ニンニク・ ピーマン・トマト・人参・ベーコン・じゃが芋・ キャベツ・セロリ・お菓子・牛乳	10 24	エリンギと豚肉のスパゲティ のっぺい汁	お菓子* 牛乳*	パスタ・豚肉・長葱・エリンギ・人参・ オカ・海苔・鶏肉・干し椎茸・大根・ 里芋・こんにやく・ごぼう・お菓子・牛乳

🍎 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 574kcal たんぱく質 21,1g 脂質 19,2g 塩分 1,8g

## 🍎 代替え食(アレルギー等)

代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。

献立名に\*印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。

今月除去対象の食品は、鶏卵・乳・乳製品・ココアです。

🍎 ★・☆印のメニューは5歳児グループ(★:本園くじらグループ、☆:分園あんずグループ)のアンコールメニューです。

🍎 玄米ごはんのメニューの日は、0歳児グループと一時保育は七分搗き米に替えて提供します。



お誕生日を祝って



今月のデザート 清見オレンジ  
今月のおやつ シュークリームスワン



~今月の郷土食~

治部煮(石川県)  
さつま汁(鹿児島県)  
せんべい汁(青森県)



☆献立及び食材は都合により変更する場合があります。ご了承ください☆