



2月献立表



2019年度 鳥山杉の子保育園

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	10	ごはん 豆腐つくねの磯辺揚げ※ キャベツとしらすの酢の物 ほうれん草とさつま芋のみそ汁	★タスマンじゅう お茶	米・鶏肉・豆腐・干し椎茸・長葱・卵・ 海苔・キャベツ・しらす・えのき・人参・ きゅうり・玉葱・かぶ・油揚げ・ ほうれん草・さつま芋・MIX粉・ココア・ 小豆・お茶	3 17	大豆ごはん 目刺し かぼちゃの鶏そぼろあん さつま汁	3日シュークリームスワン※ 17日★チョコレートケーキ※ 牛乳※	米・大豆・目刺し・南瓜・鶏肉・生姜・ 玉葱・さつま芋・大根・人参・油揚げ・ こんにゃく・小松菜・ごぼう・マーガリン・ 薄力粉・卵・生クリーム・牛乳・ココア
火	25	ごはん 鶏肉と蓮根の甘辛炒め 春菊の和え物 治部煮汁	焼きうどん お茶	米・鶏肉・さつま芋・蓮根・ゴマ・春菊・ 人参・えのき・豆腐・小松菜・長葱・麩・ こんにゃく・ごぼう・干し椎茸・生姜・ 乾麺・豚肉・キャベツ・もやし・お茶	4 18	★ナンとカレー (挽肉とほうれん草のカレー) 温野菜(味噌マヨディップ)※ 飲むヨーグルト	りんごゼリー お茶	強力粉・薄力粉・はちみつ・イースト・ 玉葱・茄子・いんげん・人参・豚肉・ 南瓜・パプリカ・ほうれん草・エリンギ・ カレールウ・フロッキー・大根・マヨネーズ・ 飲むヨーグルト・アガー・りんごジュース・お茶
水	12 26	★高菜炒飯 八宝菜※ たたききゅうりの梅肉和え 春雨とえのきのスープ	★大学芋 牛乳※	米・しらす・高菜・人参・豚肉・玉葱・ 白菜・木耳・海老・イカ・筍・鶏の卵・ 絹さや・生姜・きゅうり・梅干し・オカ・ 干し椎茸・豆腐・青梗菜・春雨・えのき・ さつま芋・ゴマ・牛乳	5 19	玄米ごはん 豆腐ハムカツ※ 和風海藻サラダ せんべい汁	ミルクパン 牛乳※	玄米・豆腐・ハム・卵・薄力粉・パン粉・ レタス・ミニトマト・わかめ・ふのり・鶏肉・ ゴマ・ごぼう・人参・干し椎茸・キャベツ・ 長葱・南部せんべい・ほうれん草・ 強力粉・練乳・マーガリン・牛乳・イースト
木	13 27	★チーズベーコンパン フロッキーのシーザーサラダ お豆のスープ	いちごヨーグルト お茶	強力粉・イースト・チーズ・ベーコン・フロッキー・ サラダ菜・トマト・コーン・食パン・玉葱・人参・ キャベツ・さつま芋・セリ・鶏肉・ ひよこ豆・ニンニク・いちご・ヨーグルト・お茶	6 20	★タコライス ほうれん草とコーンのサラダ 白菜とベーコンのスープ	焼き味噌おにぎり お茶	米・豚肉・玉葱・人参・ニンニク・レタス・ トマト・チーズ・ほうれん草・しめじ・ ウインナー・コーン・白菜・いんげん・ ベーコン・えのき・かぶ・ゴマ・お茶
金	14 28	玄米ごはん 豚バラ大根 和風マカロニサラダ※ じゃが芋のみそ汁	14日きび糖クッキー 28日キャラメルクッキー 牛乳※	玄米・豚肉・大根・人参・万能葱・白菜・ きゅうり・マカロニ・ハム・コーン・マヨネーズ・ オカ・玉葱・キャベツ・じゃが芋・えのき・ なめこ・小松菜・豆腐・薄力粉・牛乳・ アーモンド・マーガリン・強力粉・生クリーム	7 21	ごはん 鯛大根 納豆 常夜鍋	★シュガーパイ※ 牛乳※	米・鯛・大根・人参・こんにゃく・ 干し椎茸・ごぼう・いんげん・納豆・ 万能葱・豚肉・長葱・水菜・ ほうれん草・しめじ・豆腐・ハイシート・ 卵・牛乳
土	1 15 29	チャブチェ丼 わかめスープ	お菓子※ 牛乳※	米・春雨・豚肉・ニンニク・エリンギ・ニラ・ 玉葱・人参・長葱・わかめ・豆腐・ 帆立・万能葱・えのき・鶏肉・ゴマ・ お菓子・牛乳	8 22	豚肉とエリンギの和風スパゲティ 具たっぷりスープ	お菓子※ 牛乳※	パスタ・豚肉・長葱・エリンギ・人参・ オカ・海苔・玉葱・キャベツ・えのき・ ベーコン・かぶ・じゃが芋・小松菜・ お菓子・牛乳

🌸 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 564kcal たんぱく質 19,8g 脂質 18,0g 塩分 1,4g

🌸 代替え食(アレルギー等)

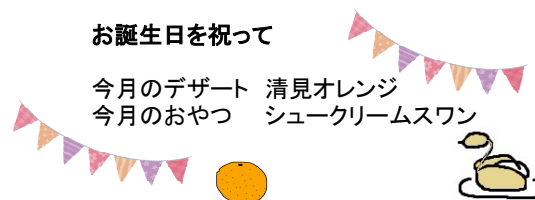
代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。

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・牛乳です。
 🌸 ★印のメニューは5歳児グループ(くじらグループ)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・1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☆