

令和4年 2月献立表 (ふつう食 19ヵ月～ひよこ組) 柳辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	熱量(kcal) 蛋白質(g)	備考
1	火	ごはん	米	牛乳	牛乳	373	農園のレモンを使って レモンケーキを作ります♪
		八宝菜	豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび たけのこ コーン	ハニーレモンケーキ	ホットケーキmix レモン汁 はちみつ バター 卵	15.7	
		豆腐と油揚げの味噌汁	豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつお節 さばぶし				
2	水	ごはん	米	牛乳	牛乳	245	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ こんにゃく ひじき じゃがいも 薩摩揚げ グリンピース	エントリー	☆☆☆	8.7	
		えのきと若布のすまし汁	えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつお節 さばぶし	星食べよ			
3	木	ごはん	米	ミルク甘酒	米麹 牛乳 砂糖	313	
		いわしの天ぷら	いわし 小麦粉 塩 ベーキングパウダー 油	ソフトせんべい	☆☆☆	14.8	
		野菜炒め	きゃべつ 玉葱 人参 小松菜 もやし ビーマン 黄パプリカ ベーコン しょう油 みりん 酒 塩	白い風船			
4	金	他人丼	米 卵 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 薩摩揚げ 大豆	牛乳	牛乳	551	☆今月のお米☆ 小杉農園のきぬひかり・ ミルキーQueenです♪
		きゃべつとブロッコリーのナムル	砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	フライドポテト	じゃがいも 塩	16.2	
		バナナ	きゃべつ ブロッコリー ちりめんじゃこ ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ゴマ油	たべっ子どうぶつ	☆☆☆		
5	土	和風混ぜごはん	米 鶏肉 人参 しめじ 薩摩揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	ジュース	りんごジュース	379	家庭保育協力日
		豚汁	豚肉 人参 白菜 大根 ごぼう こんにゃく 豆腐 葱 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつお節 さばぶし	お菓子	☆☆☆	13.5	
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖				
7	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	228	今月この地域の旬(たくさん出回り おいしく食べられる食材)は水菜・ 菜の花・ブロッコリー・きゃべつです。 給食のメニューにも取り入れている ので、何が入っているか探してみよう
		白身魚のホイル焼き	カレイ 塩 玉葱 人参 もやし コーン マッシュルーム 菜の花 バター ポン酢	みかん	みかん	14.5	
		若布と麩のすまし汁	若布 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつお節 さばぶし	ぼたぼた焼き	☆☆☆		
8	火	豚肉と大豆のカレー	米 玉葱 人参 じゃがいも 豚肉 大豆 りんご バナナ	牛乳	牛乳	404	
		和風サラダ	スキムミルク はちみつ カレールウ コンソメ ブイヨン	おにぎりせんべい	☆☆☆	13.5	
		野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー 水菜 ひじき ハム ツナ コーン 香りゴマドレッシング	きな粉せんべい			
9 発表会 リハーサル	水	きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	294	ひまわり・つくし組 お弁当の日
		バナナ	バナナ	ぱりんこ	☆☆☆	8.3	
				白い風船			
10 発表会	木	野菜あんかけ丼	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 三つ葉 油揚げ コーン かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉	牛乳	牛乳	230	
		レアチーズ	レアチーズ	ソフトせんべい	☆☆☆	9.2	
				パニラサンドウエハース			
11	金	休園 (建国記念日) 					
12	土	ウインナーピラフ	米 ポークビッツ 玉葱 人参 グリンピース マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン 塩	ジュース	りんごジュース	380	家庭保育協力日
		野菜スープ	白菜 豚肉 玉葱 コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	お菓子	☆☆☆	13.6	
		チーズ	チーズ				
14	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	315	朝のおやつ(10時頃) に牛乳を飲みます♪
		八宝菜	豚肉 玉葱 人参 白菜 小松菜 えび たけのこ コーン	バレンタインムース	☆☆☆	15.0	
		豆腐と油揚げの味噌汁	中華だし しょう油 みりん 酒 にんにく 生姜 片栗粉	お野菜せんべい			
15	火	ごはん	米	牛乳	牛乳	245	
		切り干し大根の煮物	切り干し大根 豚肉 人参 しめじ こんにゃく ひじき じゃがいも 薩摩揚げ グリンピース	エントリー	☆☆☆	8.7	
		えのきと若布のすまし汁	えのき 若布 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつお節 さばぶし	星食べよ			
16	水	豚肉と野菜のスープスパゲティ	スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 水菜 小松菜 コーン マッシュルーム コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 片栗粉	牛乳	牛乳	465	
		お豆サラダ	大豆 ひよこ豆 レンズ豆 きゃべつ ひじき ツナ コーン フレンチドレッシング	源氏パイ	☆☆☆	16.5	
		レアチーズ	レアチーズ	ブリッツ(サラダ味)			
17 誕生会	木	ごはん 緑黄色野菜ふりかけ	米 緑黄色野菜ふりかけ	ジュース	りんごジュース	442	ひまわり・つくし・たんぼほ組はお部屋で おでんパーティーを楽しみます♪
		おでんパーティー	厚揚げ 竹輪 鶏肉 ウインナー 大根 こんにゃく かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	お楽しみドーナツ	☆☆☆	20.0	
		チーズ	チーズ				
18	金	他人丼	米 卵 豚肉 玉葱 人参 しめじ 三つ葉 薩摩揚げ 大豆	牛乳	牛乳	551	
		きゃべつとブロッコリーのナムル	砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし	フライドポテト	じゃがいも 塩	16.2	
		バナナ	きゃべつ ブロッコリー ちりめんじゃこ ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ゴマ油	たべっ子どうぶつ	☆☆☆		
19	土	和風混ぜごはん	米 鶏肉 人参 しめじ 薩摩揚げ かつおだし しょう油 みりん 酒 塩	ジュース	りんごジュース	379	家庭保育協力日
		豚汁	豚肉 人参 白菜 大根 ごぼう こんにゃく 豆腐 葱 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし かつお節 さばぶし	お菓子	☆☆☆	13.5	
		オレンジゼリー	オレンジジュース ゼラチン 砂糖				
21	月	ごはん	米	牛乳	牛乳	228	☆ひまわり2組クッキング☆ お部屋でどら焼きを作って食べます♪
		白身魚のホイル焼き	カレイ 塩 玉葱 人参 もやし コーン マッシュルーム 菜の花 バター ポン酢	みかん	みかん	14.5	
		若布と麩のすまし汁	若布 麩 昆布 しょう油 みりん 酒 塩 かつおだし かつお節 さばぶし	ぼたぼた焼き	☆☆☆		
22	火	豚肉と大豆のカレー	米 玉葱 人参 じゃがいも 豚肉 大豆 りんご バナナ	牛乳	牛乳	404	☆ひまわり1組クッキング☆ お部屋でどら焼きを作って食べます♪
		和風サラダ	スキムミルク はちみつ カレールウ コンソメ ブイヨン	おにぎりせんべい	☆☆☆	13.5	
		野菜ジュース	きゃべつ ブロッコリー 水菜 ひじき ハム ツナ コーン 香りゴマドレッシング	きな粉せんべい			
23	水	休園 (天皇誕生日) 					
24	木	きつねうどん	うどん 油揚げ 玉葱 人参 かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒	牛乳	牛乳	354	
		パンキンサラダ	かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ	ぱりんこ	☆☆☆	10.4	
		バナナ	バナナ	白い風船			
25	金	ごはん	米	牛乳	牛乳	320	おやつにお部屋で おむすびを作って食べます♪
		ささみチーズカツ	ささみ チーズ パン粉 小麦粉 油	若布おむすび	米 混ぜ込み若布	14.8	
		ブロッコリーのピクルス	ブロッコリー 赤パプリカ 酢 砂糖 塩 しょう油	パニラサンドウエハース	☆☆☆		
26	土	ウインナーピラフ	米 ポークビッツ 玉葱 人参 グリンピース マッシュルーム コーン コンソメ ブイヨン 塩	ジュース	りんごジュース	380	家庭保育協力日
		野菜スープ	白菜 豚肉 玉葱 コーン コンソメ ブイヨン しょう油 みりん 酒 塩	お菓子	☆☆☆	13.6	
		チーズ	チーズ				
28	月	豚肉と野菜のスープスパゲティ	スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 水菜 小松菜 コーン マッシュルーム コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 片栗粉	牛乳	牛乳	583	
		お豆サラダ	大豆 ひよこ豆 レンズ豆 きゃべつ ひじき ツナ コーン フレンチドレッシング	ピザトースト	<small>ピザトースト 材料: トマトソース、チーズ、ハム、ペパーoni</small>	22.9	
		レアチーズ	レアチーズ	マンナウエハース	☆☆☆		
							サンプルはベランダに置いてあり ます。ひよこ(1歳児)組の分量 です。分からないことは担任にお 聞きください。