

2021年02月

# 献立表



大江たっち小規模保育園

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	月	カレーライス 野菜炒め りんご	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、油、さつまいも	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、キャベツ、エリンギ	牛乳130 蒸し焼きいも
2	火	御飯 さばの焼きおろし煮 昆布の炒め物 かぼちゃのみそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖、ごま油、油	牛乳、さば、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	もも缶(白桃)、だいこん、かぼちゃ、にんじん、こまつな、万能ねぎ、刻みこんぶ、カットわかめ	牛乳130 人参グラッセとクラッカー
3	水	御飯 鶏じゃが 小松菜のお浸し 豆腐のすまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、しらたき、もち米、砂糖、油	牛乳、鶏むね肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし、カットわかめ	牛乳130 きな粉おはぎ
4	木	御飯 厚揚げのみそ炒め ゆでブロッコリー わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、強力粉、砂糖、ごま油、片栗粉、油	牛乳、生揚げ、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、ヨーグルト(無糖)、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ブロッコリー、こまつな、ピーマン、いちごジャム・低糖度、干しいたけ、カットわかめ、にんにく、しょうが	牛乳130 豆乳ヨーグルトパン
5	金	～節分メニュー～ 豆入り鬼キーマカレー けんちん汁 コロコロサラダ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、マヨネーズ、ごま油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、大豆水煮缶、豆乳、鶏むね肉、油揚げ	たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶詰、だいこん、きゅうり、野菜ジュース、ピーマン、ねぎ、ごぼう、焼きのり、にんにく、しょうが	牛乳130 鬼まんじゅう(さつまいも)
6	土	御飯 豚井の具 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、油、ごま	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
8	月	御飯 マーボー豆腐 ほうれん草の磯和え わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、ごま、砂糖、ごま油、油	木綿豆腐、豚ひき肉、さけ、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、ほうれんそう、たまねぎ、ねぎ、もやし、にんじん、こまつな、コーン缶、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ、しょうが、焼きのり	ほうじ茶 鮭ひじきおにぎり
9	火	御飯 さけの塩焼き ひじきの煮物 豚汁	牛乳100 既製品おやつ	米、マカロニ、砂糖、ごま油	牛乳、さけ、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉、油揚げ	もも缶(白桃)、にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう、ひじき	牛乳130 マカロニきな粉
10	水	御飯 ごまひじきふりかけ 鶏肉のごまみそ焼き ベイクドじゃが	牛乳100 みかん	米、じゃがいも、小麦粉、すりごま、ながいも、油、砂糖、ごま	鶏むね肉、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、かつお節	キャベツ、こまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ひじき、カットわかめ、刻みこんぶ、あおのり	ほうじ茶 お好み焼き
12	金	御飯 ポークビーンズ ブロッコリーのツナ和え 冬野菜のスープ	牛乳100 バナナ	じゃがいも、米、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、蒸し大豆、ツナ水煮缶	りんご、たまねぎ、だいこん、にんじん、ホールトマト缶詰、はくさい、ブロッコリー、にんにく	牛乳130 焼きりんご
13	土	カレー風味のトマトライス 野菜スープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、油、米粉	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、バナナ、ホールトマト缶詰、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
15	月	カレーライス 野菜炒め りんご	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、油、さつまいも	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、キャベツ、エリンギ	牛乳130 蒸し焼きいも
16	火	御飯 さばの焼きおろし煮 昆布の炒め物 かぼちゃのみそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖、ごま油、油	牛乳、さば、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	もも缶(白桃)、だいこん、かぼちゃ、にんじん、こまつな、万能ねぎ、刻みこんぶ、カットわかめ	牛乳130 人参グラッセとクラッカー
17	水	御飯 鶏じゃが 小松菜のお浸し 豆腐のすまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、しらたき、もち米、砂糖、油	牛乳、鶏むね肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし、カットわかめ	牛乳130 きな粉おはぎ

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18	木	御飯 厚揚げのみそ炒め ゆでブロッコリー わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、強力粉、砂糖、ごま油、片栗粉、油	牛乳、生揚げ、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、ヨーグルト(無糖)、米みそ(淡色辛みそ)	みかん、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ブロッコリー、こまつな、ピーマン、いちごジャム・低糖度、干しいたけ、カットわかめ、にんにく、しょうが	牛乳130 豆乳ヨーグルトパン
19	金	御飯 たらのケチャップあんかけ 白菜とツナのごま和え わかめスープ	牛乳100 バナナ	米、焼きそばめん、片栗粉、すりごま、油、ごま油、砂糖	たら、木綿豆腐、ツナ水煮缶、豚肉(肩ロース)	はくさい、たまねぎ、こまつな、にんじん、キャベツ、もやし、コーン缶、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんにく、あおのり	ほうじ茶 焼きそば
20	土	御飯 豚井の具 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、油、ごま	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
22	月	御飯 ポークビーンズ ブロッコリーのツナ和え 冬野菜のスープ	牛乳100 既製品おやつ	じゃがいも、米、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、蒸し大豆、ツナ水煮缶	りんご、たまねぎ、だいこん、にんじん、ホールトマト缶詰、はくさい、ブロッコリー、にんにく	牛乳130 焼きりんご
24	水	御飯 ごまひじきふりかけ 鶏肉のごまみそ焼き ベイクドじゃが	牛乳100 みかん	米、じゃがいも、小麦粉、すりごま、ながいも、油、砂糖、ごま	鶏むね肉、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、かつお節	キャベツ、こまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ひじき、カットわかめ、刻みこんぶ、あおのり	ほうじ茶 お好み焼き
25	木	～お弁当給食～ 鮭おにぎり 豚肉の野菜炒め フライドポテト にんじんの甘煮	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、さけ	たまねぎ、にんじん、こまつな、しょうが	牛乳130 <b>お誕生日ケーキ</b>
26	金	御飯 マーボー豆腐 ほうれん草の磯和え わかめスープ	牛乳100 バナナ	米、片栗粉、ごま、砂糖、ごま油、油	木綿豆腐、豚ひき肉、さけ、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、ほうれんそう、たまねぎ、ねぎ、もやし、にんじん、こまつな、コーン缶、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ、しょうが、焼きのり	ほうじ茶 鮭ひじきおにぎり
27	土	カレー風味のトマトライス 野菜スープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、油、米粉	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、バナナ、ホールトマト缶詰、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ

☆2週間のサイクル献立です。  
 献立には表記がありませんが調味料・出汁(塩、醤油、みりん、酒、ケチャップ、酢、ベーキングパウダー、かつお昆布出汁、中華だし、洋風だし(乳不使用)等)を使用する日があります。  
 給食で使用するマヨネーズは乳・卵不使用の「マヨドレ」を使用しています。

☆材料の仕入れ状況により献立や材料の変更がある場合があります。  
 変更の際は掲示している献立表に変更点を記入しますのでご確認お願いします。

☆朝おやつの既製品おやつの内容は玄関に張り出してあります。

☆お誕生日ケーキは2/25(木)です。内容が決まり次第お知らせします。

☆今月の食育は2/25(木)「お弁当給食」です。  
 お弁当箱に給食を詰めてピクニック気分でお昼ご飯を食べます。  
 当日は300～350mlのお弁当箱と、びーすちーむのみ一人用のレジャーシートをご持参いただきますようお願いいたします。

