

2月 給食献立表

2022年

日	曜	昼 食	15時おやつ	18時おやつ	赤: 血や肉になる	黄: 烷や力となる	緑: 調子をととのえる
1	火	ハッピショドボーク スマッシュソーザラ ゆでたまご オレンジ	マーブルケーキ 牛乳	塩昆布おにぎり	豚肉・普通牛乳・ワイン・アーモンド プレスハム・鶏卵	車輪・スマッシュティー・マヨネーズ &カレーミックス・無塩バター	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・きゅうり ハレンシアオレンジ 塩昆布
2	水	こはん 豚肉とじゃがりの炒め物 ブロッコリーのおかか和え 高野サダ 白菜と玉ねぎのみぞ汁 パナナ	ひじきおにぎり 麦茶	せんべい	豚もも・かぶお節・油揚げ 淡色辛みそ	米・じゃがいも・鶏卵油・車輪 枝豆はるさめ せんべい	にんじん・たまねぎ・青ビーマン ブロッコリー・きゅうり・はくさい カットわかめ・パナナ・ほしひじ にんじん
3	木	巻き寿司 いわしのけば焼き 花枝と豆腐のすまし汁 ミニゼリー	じゃこ大豆 牛乳	パン	ワイン・まぐろ缶詰・鶏卵 がに風味かまぼこ・まいわし ソフト豆腐・だいす・しらす干し 普通牛乳	米・車輪・かたくり粉・花穂・ゼリー ごま・調合油 パン	きゅうり・焼きのり・たまねぎ・こまつな
4	金	にんじんごはん 赤魚の西京焼き・ひじき煮 キャベツのこまねえ かきたまご パナナ	フレンチトースト 牛乳	ゆかりおにぎり	あかうお・目みそ・油揚げ・だいす 鶏卵・普通牛乳	米・車輪・鶏卵油・ごま・かたくり粉 食パン	にんじん・ほしひじ・にんじん・えだまめ キャベツ・かいわれたいこん ハイツ・缶詰・たまねぎ・葉ねぎ・パナナ ゆかり
5	土	こはん 鶏肉のクリーム煮 コールスローサラダ さつまいもクリル コンソメスープ オレンジ	チーズ蒸しパン 牛乳	せんべい	豚もも・普通牛乳・ソフト豆腐・鶏卵 プロセスチーズ	米・薄力粉・調合油・有塩バター さつまいも・ごま・車輪 せんべい	たまねぎ・ぶなしめじ・キャベツ・にんじん きゅうり・にんじん・ハレンシアオレンジ ハイツ・缶詰
7	月	こはん 和風ハンバーグのソース かぼちゃ煮 白菜と小松菜のおひたし 大根とねぎのみぞ汁 パナナ	かきたまうどん 麦茶	せんべい	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 淡色辛みそ	米・パン粉・車輪・うどん せんべい	ほしひじ・たまねぎ・ぶなしめじ・葉ねぎ 西洋かぼちゃ・こまつな・にんじん はくさい・大根・かいわれたいこん・パナナ
8	火	こはん さばの煮付け 人参入りしり わかめときゅうりの豚の物 豚汁 ミニゼリー	パナナマフィン 牛乳	青菜おにぎり	まさは・まぐろ缶詰・鶏卵・豚もも 油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳	米・車輪・調合油・ゼリー・薄力粉 無塩バター	にんじん・吾ゆうり・りょくとうもやし カットわかめ・大根・葉ねぎ・パナナ 青菜
9	水	こはん コロッケ 大根のそぼろ煮 チンゲン菜のおひたし えのきと豆腐のすまし汁 パナナ	お餅のラスク 牛乳	せんべい	豚ひき肉・鶏ひき肉・ソフト豆腐 普通牛乳	米・じゃがいも・フレミックス粉 パン粉・調合油・車輪・おつゆふ 無塩バター せんべい	たまねぎ・大根・チンゲンサイ・はくさい にんじん・えのきだけ・かいわれたいこん パナナ
10	木	こはん 豚肉の甘辛炒め 和風オムツ・スマニ納豆 切干大根のみぞ汁 りんご	焼きおにぎり 麦茶	パン	豚もも・鶏卵・糸引き納豆・鶏ひき肉 油揚げ・淡色辛みそ・しらす干し	米・車輪・ごま パン	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・にんじん 切り干したいこん・りんご
12	土	こはん 豚肉のブルコキ風 勃起きいち わかめサラダ 豆腐とまごスープ オレンジ	豆乳くずもち 牛乳	せんべい	豚肉・かに風味かまぼこ・鶏卵 ソフト豆腐・豆乳・きな粉・普通牛乳	米・ごま油・車輪・ごま・じゃがいも 調合油・かたくり粉 せんべい	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし 青ビーマン・あおさ・カットわかめ ほしひじ・ハレンシアオレンジ
14	月	ひじきごはん さわらの照り焼き 小松菜のもやしのごまねえ 鶏どりのじのじのみぞ汁 パナナ	ココアカップケーキ 牛乳	せんべい	油揚げ・さわら・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・車輪・ごま・おつゆふ・薄力粉 せんべい	ほしひじ・にんじん・こまつな りょくとうもやし・ぶなしめじ・カットわかめ パナナ
15	火	こはん チキン南蛮 プロッコリーのドレッシング和え 白菜と小松菜 大根スープ ミニゼリー	吉なこトースト 牛乳	ふかしきつまいも	鶏むね・鶏卵・きな粉・普通牛乳	米・かたくり粉・調合油・車輪 マヨネーズ・ごま・ごま油・ゼリー 食パン・無塩バター さつまいも	たまねぎ・パセリ・プロッコリー・はくさい にんじん・りょくとうもやし・ほしひじ・大根 カットわかめ
16	水	こぎつねごはん 豆腐と大根のそぼろあん 切干大根と人参のサラダ しめじと豆腐のすまし汁 パナナ	ホットケーキ 牛乳	せんべい	鶏もも・油揚げ・木綿豆腐・豚ひき肉 ソフト豆腐・鶏卵・普通牛乳	米・かたくり粉・調合油・車輪 ホットケーキ・無塩バター メープルシロップ せんべい	にんじん・乾しきだいこん・にんじん・きゅうり ぶなしめじ・たまねぎ・かいわれたいこん パナナ
17	木	☆☆☆。コーンピラフ ミートローフ フライドポテト マカロニサラダ ボトル風 にんゼリー	トライフル 牛乳	パン	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 フレッシュ・ワイン・ゼラチン クリーム	米・パン粉・じゃがいも・調合油 マカロニ・マヨネーズ・車輪 ホットミックス パン	ハイツ・缶詰・たまねぎ・にんじん えだまめ・ぶなしめじ・きゅうり・キャベツ りんご飲料・みかん缶詰・もも缶詰
18	金	こはん 白身魚のパン粉焼き フライド入りソラウグ・ムカ ヒジキとモヤシの和えもの じゃがいものみぞ汁 パナナ	お好み焼き 麦茶	ゆかりおにぎり	ホキ・鶏卵・ワイン・普通牛乳 淡色辛みそ・豚ひき肉 かつお削り節	米・パン粉・調合油・マーガリン じゃがいも・薄力粉・マヨネーズ	ほしひじ・きゅうり・ハイツ・缶詰 りょくとうもやし・たまねぎ・こまつな パナナ・キャベツ・あおのり ゆかり
19	土	こはん 鶏肉と野菜のトマト煮込み ゆでたまご 大根サラダ キャベツのスープ オレンジ	セサミクッキー 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・ソフト豆腐・鶏卵 普通牛乳	米・じゃがいも・車輪・薄力粉 無塩バター・ごま せんべい	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・えだまめ トマト缶詰・大根・吾ゆうり・キャベツ にんじん・ハレンシアオレンジ
21	月	豚丼 かほちの天ぷら 香椎のこまし和え もやしと高野豆腐のみぞ汁 パナナ	甘食 牛乳	せんべい	豚肉・油豆腐・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・車輪・フレミックス粉・調合油 絹豆はるさめ・無塩バター・薄力粉 せんべい	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ 西洋かぼちゃ・きゅうり・りょくとうもやし パナナ
22	火	こはん 白鳥魚のミニエール 小松菜のドレーテー ポテトサラダ マカロニスープ りんご	マッシュマロクリスピード 牛乳	わかめおにぎり	ホキ・プレスハム・ワイン 普通牛乳	米・薄力粉・調合油・じゃがいも マヨネーズ・マカロニ・コーンフレーク マッシュマロ・無塩バター	こまつな・えのきだけ・ハイツ・缶詰 にんじん・きゅうり・たまねぎ・りんご わかめ
24	木	こはん カレー肉じゃが させい豆腐 わかめこまかの豚の物 そうめんのすまし汁 オレンジ	五平もち 麦茶	せんべい	鶏もも・木綿豆腐・鶏卵 かに風味かまぼこ・淡色辛みそ	米・じゃがいも・車輪 そうめん・ひやむぎ せんべい	にんじん・たまねぎ・えだまめ・にんじん 乾しきだいこん・きゅうり・カットわかめ こまつな・ハレンシアオレンジ
25	金	こはん あじのフライ 高野豆腐のたまごじ コールスローサラダ 豚と玉ねぎのみぞ汁 パナナ	メロンパンクッキー 牛乳	パン	まあじ・鶏卵・油豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・薄力粉・パン粉・調合油・車輪 おつゆふ・ホットドッグ グラニース・鶏卵 パン	えだまめ・キャベツ・にんじん・きゅうり たまねぎ・葉ねぎ・パナナ
26	土	炊き込みピラフ キャベツのパウダー カットドッグのサラダ かぼちゃのスープ オレンジ	手作りプリン 牛乳	せんべい	ベーコン・プレスハム・ソフト豆腐 鶏卵・普通牛乳	米・車輪・メープルシロップ せんべい	たまねぎ・にんじん・えだまめ・キャベツ にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ ハレンシアオレンジ
28	月	こはん 白鳥魚の目酢あんかけ ブロッコリーのおかか和え 白菜と小松菜のサラダ 豚と玉ねぎのみぞ汁 ミニゼリー	マドレーヌ 牛乳	せんべい	ホキ・かつお節・油揚げ・淡色辛みそ 鶏卵・普通牛乳	米・かたくり粉・調合油・車輪・ごま油 おつゆふ・ゼリー・薄力粉 無塩バター せんべい	たまねぎ・にんじん・青ビーマン ブロッコリー・はくさい・りょくとうもやし かいわれたいこん

☆2月の食後の果物は、オレンジ・りんご・パナナです。
☆都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◎献立メモ②
2/17(木)
【トライフル】
カスター入りソラウグ・ムカ
ヒジキとモヤシの和えもの
じゃがいものみぞ汁
パナナ

炊き込みピラフ
キャベツのパウダー
カットドッグのサラダ
かぼちゃのスープ オレンジ

お誕生日会のおやつでは、スポンジケーキ、クッキー、ホイップ、フルーツを、盛付けます。

★★ 2月3日は『節分』★★

大豆は、小さいけれど「瘤の肉」といわれるくらい、たくさん栄養があります。
貧血予防のための鉄や、貧のよいとんばく質、ほかにも食物繊維や
カルシウムやビタミンB1も含まれています。

大豆の仲間には、豆腐・豆乳・納豆・みそ・しょうゆ・きなこ・おから
高野豆腐・厚揚げ・がんもどきなどがあります。

2月 給食献立表

2022年

1.2歳児

日	曜	朝おやつ	昼 食	15時おやつ	18時おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・腸子をととのえる
1	火	お菓子	ハッシュドボーラーク スパゲティーサラダ ゆでたまご オレンジ	マーブルケーキ 牛乳	塩昆布おにぎり	豚肉・普通牛乳・ホタテリーム ブースト・鶏卵	車輪・スマートリー ホタテミックス・無塩バター	たまねぎ・にんじん・ぶなしめし・きゅうり バレンシアオレンジ 塩昆布
2	水	お菓子	ごはん 肉とじゃがいもの炒め物 プロッコリーのおかか和え 春雨サラダ 白菜とあわのみそ汁 ナナ	ひじきおにぎり 麦茶	せんべい	豚もも・かつお節・油揚げ 淡色辛みそ	米・じゃがいも・醤油・車輪 鶏卵はさみ せんべい	にんじん・たまねぎ・青ビーマン プロッコリー・きゅうり・はくさい カットわかめ・パナナ・はしづじ にんじん
3	木	お菓子	巻き寿司 白鳥魚のかけ焼き 花鮨と豆腐のすまし汁 ミニゼリー	じゃこ大豆 牛乳	パン	ワインナー・まぐろ缶詰・鶏卵 かに風味かまぼこ・メルルーサ ソフト豆腐・たいす・しらす干し 普通牛乳	米・車輪・かたくり粉・花穂・ゼリー ごま・醤油・パン	きゅうり・病気のり・たまねぎ・こまつな
4	金	お菓子	にんじんごはん 赤魚の西京焼き ひじき煮 キャベツのとまと和え かきたま汁 ナナ	フレンチトースト 牛乳	ゆかりおにぎり	あかうお・甘みそ・油揚げ・たいす 鶏卵・普通牛乳	米・車輪・醤油油・ごま・かたくり粉 食パン	にんじん・ほしひじき・にんじん・えだまめ キャベツ・かれけれどにん・ バトーニ五詠・葉ねぎ・葉ねぎ・ナナ ゆかり
5	土	お菓子	ごはん・醤油のクリーム煮 コルスローサラダ さつきいもグリル コンソメスープ オレンジ	チーズ蒸しパン 牛乳	せんべい	鶏もも・普通牛乳・ソフト豆腐・鶏卵 プロセスチーズ	米・薄力粉・醤油油・有塩バター さつきいも・ごま・車輪	たまねぎ・ぶなしめし・キャベツ・にんじん きゅうり・にんじん・バレンシアオレンジ バトーニ五詠
7	月	お菓子	ごはん・和風ハンバーグのこソース かぼちゃ煮 白菜と小松菜のおひたし 大根と玉ねぎのみそ汁 ナナ	かきたまうどん 麦茶	せんべい	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 淡色辛みそ	米・パン粉・車輪・うどん せんべい	ほしひじき・たまねぎ・ぶなしめし・葉ねぎ 西洋かぼちゃ・こまつな・にんじん はくさい・大根・かいわれいこん・ナナ
8	火	お菓子	ごはん・白鳥魚の煮付け 人参しりとり わなごとさわやかの酢の物 梅汁 ミニゼリー	パノマフィン 牛乳	青菜おにぎり	ホタテ・まぐろ缶詰・鶏卵・豚もも 油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳	米・車輪・醤油油・ゼリー・薄力粉 無塩バター	にんじん・青ねぎ・りょくとうもやし カットわかめ・大根・葉ねぎ・ナナ 青菜
9	水	お菓子	ごはん・コロッケ 大根と玉ねぎ テンゲン菜のとまとた えのきと豆腐のすまし汁 ナナ	お替のラスク 牛乳	せんべい	豚ひき肉・鶏ひき肉・ソフト豆腐 普通牛乳	米・じゃがいも・フレミックス粉 パン粉・醤油油・車輪・おつゆふ 無塩バター せんべい	たまねぎ・大根・チングンサイ・はくさい にんじん・えのきだけ・かれけれどいこん ナナ
10	木	お菓子	ごはん・豚肉の甘辛炒め 和風オムレツ・スクランブルエッグ ゆで大根のみそ汁 りんご	焼きおにぎり 麦茶	パン	豚もも・油揚げ・淡色辛みそ・しらす干し	米・車輪・ごま パン	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・にんじん 切干したいこん・りんご
12	土	お菓子	ごはん・豚肉のフルコギ風 きんじきのわなごめサラダ 豆腐とたまごスープ オレンジ	豆乳くずもち 牛乳	せんべい	豚肉・がに風味かまぼこ・鶏卵 ソフト豆腐・豆乳・さな粉・普通牛乳	米・ごま油・車輪・ごま・じゃがいも 醤油油・かたくり粉 せんべい	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし 青ビーマン・あおさ・カットわかめ ほしひじき・バレンシアオレンジ
14	月	お菓子	ひじきごはん 白鳥魚の照り焼き 小松菜とちやのこま和え 野菜としめしのみそ汁 ナナ	ココアクッピングケーキ 牛乳	せんべい	油揚げ・ホタテ・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・車輪・ごま・おつゆふ・薄力粉 せんべい	ほしひじき・にんじん・こまつな りょくとうもやし・ぶなしめし・カットわかめ ナナ
15	火	お菓子	ごはん・チキン南蛮 プロッコリーのドレッシング和え 白菜のナムル ミニゼリー	きなこトースト 牛乳	ふかしさつまいも	鶏卵・きな粉・普通牛乳	米・かたくり粉・醤油油・車輪 ごま・ごま油・ゼリー 食パン・無塩バター せんべい	たまねぎ・プロッコリー・はくさい にんじん・りょくとうもやし・ほしひじ 大根・カットわかめ
16	水	お菓子	こきつねごはん 豆腐ステーキのぼろあん ゆで大根と人参のサラダ じんじこ豆腐のみそ汁 ナナ	ホットケーキ 牛乳	せんべい	鶏もも・油揚げ・木綿豆腐・豚ひき肉 ソフト豆腐・鶏卵・普通牛乳	米・車輪・かたくり粉・醤油油 ホタテミックス・無塩バター せんべい	にんじん・乾いたいこん・葉ねぎ ゆで大根・にんじん・にんじん・きゅうり ぶなしめし・たまねぎ・かれけれどいこん ナナ
17	木	お菓子	コーンピラフ フライドポテト マカロニサラダ ボトル風 りんごゼリー	トライフル 牛乳	パン	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 プレスハム・ワインナー・ゼラチン	米・パン粉・マカロニ・車輪 ホタテミックス・パン	バトーニ五詠・たまねぎ・にんじん えだまめ・ぶなしめし・きゅうり・キャベツ りんご飲料・みかん伍詠・もも伍詠
18	金	お菓子	ごはん 白鳥魚のパン粉焼き アーモンドバター ぬぐ ピザとちやのこま和えもの じゃがいものみそ汁 ナナ	お好み焼き 麦茶	ゆかりおにぎり	ホタテ・鶏卵・ワインナー・普通牛乳 淡色辛みそ・豚ひき肉	米・パン粉・醤油油・マーチリン じゃがいも・薄力粉	ほしひじき・きゅうり・バトーニ伍詠 りょくとうもやし・たまねぎ・こまつな ナナ・キャベツ ゆかり
19	土	お菓子	ごはん 鶏肉と野菜のトマト煮込み ゆでたまご 大根サラダ キャベツのスープ オレンジ	セサミクッキー 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・ソフト豆腐・鶏卵 普通牛乳	米・じゃがいも・車輪・薄力粉 無塩バター・ごま せんべい	たまねぎ・にんじん・ぶなしめし・えだまめ トマト缶詰・大根・きゅうり・キャベツ にんじん・パンシアオレンジ
21	月	お菓子	豚肉・かぼちゃの天ぷら 野菜のこまとうどん もやしと高野豆腐のみそ汁 ナナ	甘食 牛乳	せんべい	豚肉・東洋豆腐・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・車輪・フレミックス粉・醤油油 鶏卵はさみ・無塩バター・薄力粉 せんべい	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ 西洋かぼちゃ・きゅうり・りょくとうもやし ナナ
22	火	お菓子	ごはん・白鳥魚のムニエル 小松菜のソテー ボテトサラダ マカロニスープ りんご	マッシュマロクリスピード 牛乳	わかめおにぎり	ホキ・プレスハム・ワインナー 普通牛乳	米・薄力粉・醤油油・じゃがいも マカロニ・コンフレーク マッシュマロ・無塩バター	こまつな・えのきだけ・バトーニ伍詠 にんじん・きゅうり・たまねぎ・りんご わかめ
24	木	お菓子	ごはん・カレー肉じゃが きせいの野菜 わなごとちやのこま和えもの ごめんのみそ汁 オレンジ	五味ちら 麦茶	せんべい	鶏もも・木綿豆腐・鶏卵 かに風味かまぼこ・淡色辛みそ	米・じゃがいも・車輪 そめん・ひよむぎ せんべい	にんじん・乾いたいこん・葉ねぎ・カットわかめ こまつな・パンシアオレンジ
25	金	お菓子	ごはん・白身さかなフライ 高野豆腐のたまごじ コルスローサラダ 麺と玉ねぎのみそ汁 ナナ	メロンパンクッキー 牛乳	パン	まじめ・鶏卵・東洋豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・薄力粉・パン粉・醤油油・車輪 おつゆふ・ホタテミックス グラニユーフル パン	えだまめ・キャベツ・にんじん・きゅうり たまねぎ・ナナ
26	土	お菓子	炊き込みピラフ キャベツとハムのサラダ かぼちゃのスープ オレンジ	手作りプリン 牛乳	せんべい	ベーコン・プレスハム・ソフト豆腐 鶏卵・普通牛乳	米・車輪 せんべい	たまねぎ・にんじん・えだまめ・キャベツ にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ パンシアオレンジ
28	月	お菓子	ごはん 白鳥魚の甘酢あんかけ アーモンドバター ぬぐ 白菜と人参のサラダ 麺とあわのみそ汁 ミニゼリー	マドレーヌ 牛乳	せんべい	ホキ・かつお節・油揚げ・淡色辛みそ 鶏卵・普通牛乳	米・かつお節・醤油油・車輪・ごま油 おつゆふ・ゼリー・薄力粉 無塩バター せんべい	たまねぎ・にんじん・青ビーマン プロッコリー・はくさい・りょくとうもやし かいわれいこん

★2月3日は『節分』★★

☆2月の食後の果物は、オレンジ・りんご・バナナです。
☆都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◎献立メモ◎

2/17(木)

【トライフル】

カスタードやスポンジケーキ、果物等を盛り付けて作るイギリスのデザートです。

「つまらないもの」「ささいなもの」という意味があります。

お誕生日会のおやつでは、スポンジケーキ、クッキー、ホップ、フルーツを、

豆大根は、小さいけれど「畠の肉」といわれるくらい、たくさんの中養があります。

貧血予防のための鉄や、葉のよいんにはく質、ほかにも食物繊維や

カルシウムやビタミンB1も含まれています。

大豆の仲間には、豆腐・豆乳・納豆・みそ・しょうゆ・きなこ・おか

高野豆腐・厚揚げ・がんもどきなどがあります。

2月 給食献立表

2022年

完了

日	曜	朝おやつ	昼 食	15時おやつ	18時おやつ	晩：血や肉になる	質：熱や力となる	総：調子をととのえる
1	火	お菓子	ハッシュドポーク スマートサラダ ゆでだまご オレンジ	マーブルケーキ 牛乳	堺市おにぎり	豚肉・普通牛乳・ハイグリ-ル フレッシュ・鶏卵	車輪・スマート ホットミキル・無塩バター	たまねぎ・にんじん・なしなじめ・きゅうり パレンシアオレンジ 堺市
2	水	お菓子	ごはん 肉とじゃがいもの炒め物 ブロッコリーのおかか和え 香菜サラダ 白菜とあわのみそ汁 パン	ひじきおにぎり 麦茶	せんべい	豚もち・かつお節・油揚げ 淡色辛みそ	米・じゃがいも・醤油油・車輪 餅豆はるさめ せんべい	にんじん・たまねぎ・青ビーマン ブロッコリー・きゅうり・はくさい カットわかめ・パンナ・ほしじき にんじん
3	木	お菓子	後楽園のばかり 花枝と豆腐のすまし汁 ミニゼリー	じゃこ大豆 牛乳	パン	ワインナー・まぐろ缶詰・鶏卵 かに風味かまぼこ・メルールサ ソフ豆腐・だいす・しらす干し 普通牛乳	米・車輪・ひたくり粉・花枝・ゼリー ごま・調合油 パン	きゅうり・焼きのり・たまねぎ・こまつな
4	金	お菓子	にんじんごはん 赤い西京焼き ひじき煮 きやべへのごま和え かいたまご パン	フレンチトースト 牛乳	ゆかりおにぎり	あかうお・甘しお・油揚げ・だいす 鶏卵・普通牛乳	米・車輪・醤油油・ごま・かたくり粉 食パン	にんじん・ほしじき・にんじん・えだまめ キャベツ・かいわれだいこん バーレン由話・たまねぎ・葉ねぎ・パンナ ゆかり
5	土	お菓子	ごはん 肉肉のクリーム煮 コルスローサラダ さつまいもクリル コンソメスープ オレンジ	チーズ蒸しパン 牛乳	せんべい	豚もち・普通牛乳・ソフト豆腐・鶏卵 プロセスチーズ	米・薄力粉・調合油・有塩バター さつまいも・ごま・車輪 せんべい	たまねぎ・ほなしなじめ・キャベツ・にんじん きゅうり・にんじん・パレンシアオレンジ バーレン由話
7	月	お菓子	ごはん 和風ハンバーキのこソース かぼちゃ煮 白菜と小松菜のむだし 大根と玉ねぎのみそ汁 パン	かきたまうどん 麦茶	せんべい	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 淡色辛みそ	米・パン粉・車輪・うどん せんべい	ほしじき・たまねぎ・ほなしなじめ・葉ねぎ 西洋かぼちゃ・こまつな・にんじん ほくさい・大根・かいわれだいこん・パンナ
8	火	お菓子	ごはん 白春魚の煮付け 人参入りしらす わさびときゅうりの酢の物 味汁 ミニゼリー	バナナマフィン 牛乳	青菜おにぎり	ホキ・まぐろ缶詰・鶏卵・豚もち 油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳	米・車輪・醤油油・ゼリー・薄力粉 無塩バター	にんじん・きゅうり・りょくとうもやし カットわかめ・大根・葉ねぎ・パンナ 青菜
9	水	お菓子	ごはん コロッケ 大根のそぼろ煮 チキン翼のむだし えのきと豆腐のすまし汁 パン	お越のラスク 牛乳	せんべい	豚ひき肉・鶏卵・ソフト豆腐 鶏卵牛乳	米・じゃがいも・フレミックス粉 パン粉・醤油油・車輪・おつゆ 無塩バター せんべい	たまねぎ・大根・シングンサイ・はくさい にんじん・えのきだけ・かいわれだいこん パンナ
10	木	お菓子	ごはん 牛肉の辛味噌 和風マリネ・スマミ納豆 切干大根のみぞれ りんご	焼きおにぎり 麦茶	パン	豚もち・鶏卵・糸引蒟蒻・萬能肉 油揚げ・淡色辛みそ・しらす干し	米・車輪・ごま パン	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・にんじん 幼干したいん・りんご
12	土	お菓子	ごはん 肉肉のブルゴignon ねぎ入りの豆乳サラダ 豆乳とまごスープ オレンジ	豆乳くずちら 牛乳	せんべい	豚肉・かに風味かまぼこ・鶏卵 ソフト豆腐・豆乳・きな粉・普通牛乳	米・ごま油・車輪・ごま・じゃがいも 調合油・かたくり粉 せんべい	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし 青ビーマン・あおさ・カットわかめ ほしじき・パレンシアオレンジ
14	月	お菓子	ひじきごはん 白春魚の照り焼き 小松菜とちやしのごま和え 昆布しめじのみそ汁 パン	ココアカップケーキ 牛乳	せんべい	油揚げ・ホキ・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・車輪・ごま・おつゆ・薄力粉 せんべい	ほしじき・にんじん・こまつな りょくとうもやし・ほなしなじ・カットわかめ パンナ
15	火	お菓子	ごはん チキン南蛮 フロッコリーのドレッシング和え 白菜と豆乳のすまし汁 ミニゼリー	きなこトースト 牛乳	ふかしさつまいも	萬能ね・きな粉・普通牛乳	米・かたくり粉・醤油油・車輪 ごま・ごま油・ゼリー 食パン・無塩バター せんべい	たまねぎ・フロッコリー・はくさい にんじん・りょくとうもやし・葉ねぎ 大根・カットわかめ
16	水	お菓子	ごきねごはん 豆乳ステーキぼろあん 野菜と豆乳のソテー 豆乳ごりのりまし汁 パン	ホットケーキ 牛乳	せんべい	萬能ね・油揚げ・木綿豆腐・豚ひき肉 ソフト豆腐・鶏卵・普通牛乳	米・車輪・かたくり粉・調合油 ホットミキル・無塩バター せんべい	にんじん・乾しいたけ・葉ねぎ のりしたいん・にんじん・きゅうり ほなしなじめ・たまねぎ・かけぱだいん パンナ
17	木	お菓子	ごはん コーンピラフ フライドポテト マカロニサラダ ボトル風 ミニゼリー	トライフル 牛乳	パン	豚ひき肉・普通牛乳・鶏卵 プレスハム・ワインナー・ゼラチン	米・パン粉・じゃがいも・醤油油 マカロニ・車輪 ホットミキル パン	ハイツバ由話・たまねぎ・にんじん えだまめ・ほなしなじ・きゅうり・キャベツ りんご飲料・みかん由話・もも由話
18	金	お菓子	ごはん 白春魚のパン粉炒め ワインナー入りのりごはん ねぎ入りの豆乳サラダ じがいものみそ汁 パン	お好み焼き 麦茶	ゆかりおにぎり	ホキ・鶏卵・ワインナー・普通牛乳 淡色辛みそ・豚ひき肉	米・パン粉・調合油・マーガリン じゃがいも・薄力粉	ほしじき・きゅうり・ハイツバ由話 りょくとうもやし・たまねぎ・こまつな パンナ・キャベツ ゆかり
19	土	お菓子	ごはん 鶏肉と野菜のトマト煮込み ゆでだまご 大根サラダ キャベツのスープ オレンジ	セザミクッキー 牛乳	せんべい	豚もち・鶏卵・ソフト豆腐・鶏卵 普通牛乳	米・じゃがいも・車輪・薄力粉 無塩バター・ごま せんべい	たまねぎ・にんじん・ほなしなじ・えだまめ トマト由話・大根・きゅうり・キャベツ にんじん・パンシアオレンジ
21	月	お菓子	豚丼 かぼちゃの天ぷら 春雨のごまだし和え もやしと高野豆腐のみそ汁 パン	甘食 牛乳	せんべい	豚肉・東洋豆腐・淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・車輪・フレミックス粉・醤油油 鶏卵はるさめ・無塩バター・薄力粉 せんべい	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ 西洋かぼちゃ・きゅうり・りょくとうもやし パンナ
22	火	お菓子	ごはん 白春魚のムニエル 小松菜のソテー ホテドサラダ マカロニスープ りんご	マッシュマロクリスピード 牛乳	わかめおにぎり	ホキ・フレッシュハム・ワインナー 普通牛乳	米・薄力粉・調合油・じゃがいも マカロニ・コンフレーク マッシュマロ・無塩バター	こまつな・えのきだけ・ハイツバ由話 にんじん・きゅうり・たまねぎ・りんご わかめ
24	木	お菓子	ごはん カレー肉じゃが ねぎ入りの豆乳のすまし汁 わらびとかにかの酢の物 そうめんのすまし汁 オレンジ	五穀もち 麦茶	せんべい	萬能ね・木綿豆腐・鶏卵 かに風味かまぼこ・淡色辛みそ	米・じゃがいも・車輪 そごめん・ひやおき せんべい	にんじん・たまねぎ・えだまめ・にんじん 乾しいたけ・きゅうり・カットわかめ こまつな・パレンシアオレンジ
25	金	お菓子	ごはん 白身さかなのフライ 高野豆腐のたまごとじ コルスローサラダ 麩と玉ねぎのみそ汁 パン	メロンパンクッキー 牛乳	パン	メルルーザ・鶏卵・凍り豆腐・淡色辛みそ 醤油牛乳	米・薄力粉・パン粉・調合油・車輪 あごの心・ホットミキル グラニュー糖 パン	えだまめ・キャベツ・にんじん・きゅうり たまねぎ・葉ねぎ・パンナ
26	土	お菓子	焼き込みピラフ キャベツとハムのサラダ かぼちゃのスープ オレンジ	手作りプリン 牛乳	せんべい	ベーコン・フレッシュハム・ソフト豆腐 鶏卵・普通牛乳	米・車輪 せんべい	たまねぎ・にんじん・えだまめ・キャベツ にんじん・きゅうり・西洋かぼちゃ パレンシアオレンジ
28	月	お菓子	ごはん 白春魚の甘酢あんかけ ブロッコリーのあかか和え 白菜と人参のカレーダ 麩と玉ねぎのみそ汁 ミニゼリー	マドレーヌ 牛乳	せんべい	ホキ・かつお節・油揚げ・淡色辛みそ 鶏卵・普通牛乳	米・かたくり粉・醤油油・車輪・ごま油 おつゆ・ゼリー・薄力粉 無塩バター せんべい	たまねぎ・にんじん・青ビーマン ブロッコリー・ほくさい・りょくとうもやし かいわれだいこん

★★2月3日は『節分』★★

大豆は、小さいけれど「炮の肉」といわれるくらい、たくさんの中量があります。

貧血予防のための鉄や、葉のよいなんばく質、ほかにも食物繊維や

カルシウムやビタミンB1も含まれています。

大豆の仲間には、豆腐・豆乳・納豆・みそ・しょうゆ・きなこ・おか

高野豆腐・油揚げ・がんもどきなどがあります。

★2月の食後の果物は、オレンジ・りんご・パンナです。
★都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◎献立メモ◎

【トライフル】

カスターでやスポンジケーキ、果物等を盛り付けて作るイギリスのデザートです。

「つまらないもの」「ささないもの」という意味があります。

お誕生日会のおやつでは、スポンジケーキ、クッキー、ホップ、フルーツを、

盛付けます。