

# 2月分給食献立表

平成 19年

あおぞら保育園

日	曜日	給食	おやつ	材料及び体内での働き(昼食・おやつ)			夕食
				血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	
1	木	中華丼・味噌汁 小松菜とコーンの炒め物	バナナ 菓子	豚挽肉・えび・なると うずら卵・牛乳	米	人参・白菜・玉葱・しいたけ・青梗菜 長ネギ・なめこ・小松菜・ツナ・バナナ	スパゲッティーナポリタン ツナ和え
2	金	★豆まき特別メニュー★	おにっごは	ウインナー・でんぶ・大豆・麩 油揚げ・鰹・卵・しらす干し	米 サツマイモ	きゅうり・かんぴょう・わかめ ピーマン・ひじき・人参	炒り豆腐 もやしの三杯酢
3	土	わかめうどん バナナ	果物 菓子	鶏肉 牛乳	うどん	長ネギ・人参・ワカメ バナナ・りんご	
4	日						
5	月	ごはん・味噌汁 とんかつ・ぬた	ミネストローネ	油揚げ・豚ロース・卵 えび・ベーコン・グリーンピース・牛乳	米・じゃがいも マカロニ	しいたけ・長ネギ・ワカメ 人参・玉葱・トマト	やきそば ひじき煮
6	火	サンマー麺 ココロサラダ・りんご	ほうれん草蒸しパン	豚肉 牛乳	中華麺	玉葱・人参・もやし・キャベツ・長ネギ トマト・きゅうり・コーン・ほうれん草	魚の味噌マヨネーズ焼き フレンチサラダ
7	水	麦ごはん・味噌汁 高野豆腐のふわふわ煮・ほうれん草のポン酢和え	のりチーズサンド	木綿豆腐・豚肉・高野豆腐 卵・チーズ・牛乳	米・麦・食パン	長ネギ・干しいたけ・玉葱・人参 三つ葉・しめじ・ほうれん草	厚揚げと里芋の煮物 キャベツのゆかり和え
8	木	ごはん・味噌汁 鶏の唐揚げ・白菜のおかか和え	みそまんじゅう	鶏肉・卵 牛乳	米	ワカメ・カブ・生姜 白菜・人参・ワカメ	ミートローフ キャベツのゴマ酢和え
9	金	麦ごはん・清汁 サバの味噌煮・ひじき金平	干し芋 チーズ	サバ チーズ・牛乳	米・麦・つきこんにやく サツマイモ	大根・しめじ・ひじき ごぼう・人参	鶏の照り焼き コールスロー
10	土	カレーライス トマト	果物 菓子	豚肉 牛乳	米・じゃがいも	玉葱・人参 オレンジ	
11	日						
12	月						
13	火	ごはん・味噌汁 炒り鶏・中華きゅうり	果物 菓子	油揚げ・鶏肉・竹輪 さつま揚げ・牛乳・ごま	米・こんにやく	キャベツ・人参・たけのこ・干しいたけ ごぼう・きゅうり・オレンジ	白身魚の味噌煮 酢の物
14	水	和風ツナスパゲッティー スープ・カボチャサラダ	バレンタイン★チョコレートケーキ	ツナ・ベーコン 卵・牛乳・チョコレート	スパゲッティー かぼちゃ	玉葱・人参・えのき・ピーマン のり・干しいたけ・コーン・きゅうり	厚揚げのそぼろあんかけ 青菜のキノコ和え
15	木	麦ごはん・清汁 すき焼き風煮・青菜のマヨ和え	お楽しみパン	豚肉・焼き豆腐 牛乳・麩	米・麦 白滝・パン	ワカメ・白菜・長ネギ・玉葱 えのき・小松菜・人参	松風焼き ポテトサラダ
16	金	ごはん・味噌汁 魚のトマトソースかけ・白和え	りんご蒸しパン	サバ・木綿豆腐 牛乳・ごま	米 つきこんにやく	えのき・小松菜・トマト・りんご 玉葱・パセリ・もやし・人参・ひじき	野菜コロケ コーンサラダ
17	土	ナポリタン りんご	果物 菓子	ベーコン 牛乳	スパゲッティー ジャガイモ・サツマイモ	玉葱・人参 ピーマン・りんご・バナナ	
18	日						
19	月	ごはん・味噌汁 豚肉のチンジャオロース風・さつまいも煮	黄な粉マカロニ	油揚げ・豚肉 黄な粉・スキムミルク・牛乳	米・さつまいも マカロニ	大根・ピーマン・たけのこ 生姜	酢豚 インゲンの胡麻和え
20	火	揚げ麺・ニラ玉スープ もやしとカマボコの和え物	オレンジ チーズ	豚肉・いか・なると 卵・カマボコ・チーズ・牛乳	中華麺	キャベツ・人参・玉葱・ピーマン・干しいたけ たけのこ・もやし・にら・オレンジ	魚のステーキ スパゲッティーサラダ
21	水	麦ごはん・清汁 レバーのかりんあげ・青菜の海苔酢和え	茹でじゃが 菓子	はんぺん・豚レバー 卵・カマボコ・チーズ・牛乳	米・麦 ジャガイモ	しめじ・生姜・小松菜・えのき なめこ・海苔	鶏の梅焼き もやしの三杯酢
22	木	麻婆丼・味噌汁 里芋煮	フルーツヨーグルト	木綿豆腐・豚挽肉・麩 ヨーグルト・牛乳	米・里芋	人参・長ネギ・ニラ ワカメ・モモ缶・バナナ・みかん缶	炒り鶏 青菜のお浸し
23	金	麦ごはん・スープ 魚の照り焼き・カリフラワーとツナの和え物	おからスコーン	カジキ・ツナ おから・卵・牛乳	米・麦	干しいたけ・小松菜・長ネギ カリフラワー	豆腐の中華風煮 酢の物
24	土	パン・マカロニシチュー トマト	果物 菓子	豚肉 牛乳	パン・ジャガイモ マカロニ	玉葱・人参・トマト りんご	
25	日						
26	月	★お誕生日会特別メニュー★	★お誕生日ケーキ★	チーズ・豚挽肉・卵 おから・牛乳	パン・春雨	人参・玉葱・ミックスベジタブル カブ・きゅうり・レタス・もやし・ドライフルーツ	鶏の唐揚げ りんごサラダ
27	火	あったかジャージャー麺 スープ・スティックお野菜	ポトフ	豚挽肉・鶏肉 牛乳・グリーンピース	中華麺 ジャガイモ	生姜・小松菜・玉葱・コーン 人参・きゅうり・大根・キャベツ	鮭のムニエル マカロニサラダ
28	水	親子丼・味噌汁 キャベツのゆかり和え	果物 菓子	卵・鶏肉 牛乳	米	玉葱・長ネギ・なめこ キャベツ・きゅうり・人参・りんご	カレーライス フレッシュサラダ

\*献立は都合によって変更することがあります。  
 \*乳児には9時ごろに朝おやつとして、季節の果物や野菜がでます。  
 \*給食では、牛肉・牛エキスを含んだもの、コンソメの使用を中止しています。