

2月分給食献立表

平成 20年

あおぞら保育園

日	曜日	給食	おやつ	材料及び体内での動き(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	金	★豆まき特別メニュー★	おにっごごはん	でんぶ・ウインナー 卵・油揚げ 大豆・しらす干し・牛乳	米 お麩 さつまいも	かんぴょう・わかめ ひじき・人参 ピーマン	高野豆腐のふわふわ煮 グリーンサラダ	
2	土	和風ツナスパゲッティー みかん	果物 菓子	ツナ 牛乳	スパゲッティー	玉葱・人参・えのきたけ ピーマン・海苔・みかん		
3	日							
4	月	ごはん・清汁 厚揚げとなすの味噌炒め キャベツのゆかり和え	新じゃがの フライドポテト	豚肉 生揚げ 牛乳	米 春雨 じゃがいも	えのきたけ・人参・長ネギ なす・キャベツ・胡瓜	鶏肉の照り焼き スナッフえんどうの胡 麻和え	
5	火	鶏南蛮 白和え ぼんかん	チーズほうれん草 蒸しパン	鶏肉 木綿豆腐 チーズ・牛乳	うどん こんにゃく ごま	人参・玉葱・長ネギ 干し椎茸・小松菜・ひじき ぼんかん・ほうれん草	親子丼 わかめサラダ	
6	水	ごはん・味噌汁 鶏の味噌焼き 青菜のきのこ和え	いちご チーズ	鶏肉 チーズ 牛乳	米	キャベツ・長ネギ ほうれん草・人参・しめじ えのきたけ・いちご	すき焼き風煮 インゲンのおかか和え	
7	木	麦ごはん・清汁 ミートローフ 酢味噌和え	ミネストローネ	豚肉・卵 ベーコン 牛乳	米 麦・じゃがいも マカロニ	えのきたけ・とろろ昆布・トマト 玉葱・ミックスベジタブル 長ネギ・しめじ・わかめ・人参	サバの竜田揚げ 五目ひじき煮	
8	金	ごはん・味噌汁 アジの干物 青菜のかつお和え	海苔チーズサンド	アジ チーズ 牛乳	米 食パン	大根・なめこ・小松菜 もやし・人参 海苔	八宝菜 コーンサラダ	
9	土	パン コーンシチュー 茹でブロッコリー	果物 菓子	ベーコン 脱脂粉乳 牛乳	パン じゃがいも	玉葱・人参・コーン ブロッコリー・プチトマト 果物		
10	日							
11	月	建国記念日						
12	火	味噌煮込みうどん 小松菜のナムル いちご	じゃこまぜごはん	鶏肉 しらす干し 牛乳	うどん 米 ごま	白菜・大根・椎茸・ごぼう もやし・小松菜 人参・いちご	メンチカツ チーズサラダ	
13	水	麦ごはん・味噌汁 酢豚 中華きゅうり ザフランライス・スープ ハンバーグ みかんサラダ	新じゃがバター	豚肉 牛乳	米 麦・ごま じゃがいも	カブ・えのきたけ・生姜 玉葱・人参・ピーマン・胡瓜 パイナップル缶詰・干し椎茸	厚揚げの肉詰め 青菜のごま和え	
14	木	麦ごはん・味噌汁 鮭のホイル焼き 青菜の海苔酢和え	チョコレートケーキ	豚肉 卵・脱脂粉乳 牛乳	米 チョコレート	小松菜・干し椎茸・玉葱 ミックスベジタブル・キャベツ 胡瓜・人参・みかん缶詰	炒り豆腐 ぬた	
15	金	麦ごはん・味噌汁 鮭のホイル焼き 青菜の海苔酢和え	豆腐白玉団子	鮭 ベーコン・黄な粉 絹豆腐・牛乳	米 白玉粉 お麩	キャベツ・しめじ・玉葱 ピーマン・小松菜・えのきたけ なめこ・海苔	コーンシチュー フレッシュサラダ	
16	土	ごはん・ポトフ わかめの和え物	果物 菓子	ウインナー 牛乳	米 じゃがいも・ごま	玉葱・人参・キャベツ・果物 ブロッコリー・わかめ・胡瓜		
17	日							
18	月	ごはん・味噌汁 炒り鶏 かぼちゃ煮	いちご チーズ	鶏肉・木綿豆腐 竹輪・さつまいも チーズ・牛乳	米 こんにゃく かぼちゃ	わかめ・人参・スナッフえんどう 干し椎茸・ごぼう いちご	ポークビーンズ カブサラダ	
19	火	サンマー麺 アスパラソテー みかん	りんご蒸しパン	豚肉 牛乳	中華麺	玉葱・人参・もやし・キャベツ 長ネギ・アスパラガス りんご・干しぶどう	アジフライ 白菜のおかか和え	
20	水	麦ごはん・味噌汁 高野豆腐のオランダ煮 春雨サラダ	ぼんかん 菓子	鶏肉 凍り豆腐 ハム・牛乳	米・春雨 麦・ごま じゃがいも	長ネギ・大根・玉葱・人参 ピーマン・胡瓜・コーン 小松菜・ぼんかん	豚の生姜焼き 小魚和え	
21	木	ごはん・清汁 鶏の唐揚げ キャベツのごま酢和え	フルーツヨーグルト	鶏肉・油揚げ ヨーグルト 牛乳	米 ごま	もやし・干し椎茸・生姜 キャベツ・胡瓜・人参 バナナ・みかん缶詰	麻婆ナス かぼちゃサラダ	
22	金	麦ごはん・味噌汁 白身魚のカレームニエル 温野菜サラダ	ひじきごはん	油揚げ 鱈・鶏肉 ベーコン・牛乳	米 麦 かぼちゃ	わかめ・キャベツ・人参 赤/黄ピーマン・ひじき ブロッコリー	厚揚げと豚肉の 味噌炒め おからの煮物	
23	土	わかめうどん ほうれん草とコーンのソテー	果物 菓子	鶏肉 牛乳	うどん	長ネギ・人参・わかめ ほうれん草・コーン・果物		
24	日							
25	月	★お誕生日会特別メニュー★	★お誕生日ケーキ★	豚肉 脱脂粉乳 卵・牛乳	パン じゃがいも マカロニ・かぼちゃ	玉葱・人参・バナナ みかん/パイ/もも缶詰 レタス・りんご	豆腐の中華風煮 粉ふきいも	
26	火	カレーうどん ポパイサラダ みかん	人参蒸しパン	豚肉 かにかまぼこ 牛乳	うどん	人参・玉葱・長ネギ・胡瓜 ほうれん草・レタス・コーン みかん・人参	高野豆腐の卵とじ 金平ごぼう	
27	水	麦ごはん・味噌汁 レバーのかりん揚げ グリーンサラダ	黄な粉マカロニ	豚レバー 黄な粉・脱脂粉乳 牛乳	米 麦 マカロニ	白菜・もやし・生姜 レタス・胡瓜・キャベツ 干しぶどう	鶏のきじ焼き 五目ひじき煮	
28	木	麻婆丼 味噌汁 ごぼうサラダ	ヨーグルト 菓子	豚肉 ハム・木綿豆腐 ヨーグルト・牛乳	米 お麩 ごま	人参・長ネギ・にら しめじ・ごぼう・胡瓜	チンジャオオロス 大根サラダ	
29	金	ごはん・清汁 サバの味噌煮 スティックお野菜	おからスコーン	木綿豆腐・卵 鱈・おから 牛乳	米	わかめ・人参・胡瓜・大根	肉じゃが 青梗菜と海老の和え物	

※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時ごろに朝のおやつとして、季節の果物や野菜が出ます。

※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。