



2月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	チャーハン 中華スープ バナナ	米・焼豚・白葱・干し椎茸・人参・ごま油・醤油・中華だしの素・塩・こしょう 玉葱・しめじ・白菜・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	リッツ おやつパン
3 (月)	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 塩っぺ和え のっぺい汁 りんご	米 鶏肉・おろし生姜・味噌・砂糖・みりん・すりごま キャベツ・切干大根・ちくわ・ツナ・塩っぺ・醤油 鶏肉・油・里芋・人参・ごぼう・葱・薄口・塩・片栗粉 りんご	スティックビスケット フルーツ恵方ロール (サンドウィッチ食パン・砂糖・ 豆乳生クリーム・バナナ・いちご)
4 (火)	おにっ子ライス ミートローフ サラダ おにオンスープ みかん	米・人参・酒・塩・豚挽肉・大豆・醤油・みりん・コーン・グリーンピース・焼きのり 豚挽肉・豆腐・玉葱・ひじき・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ・ウスターソース カリフラワー・ブロッコリー・かつお節・酢・砂糖・薄口・油 玉葱・ベーコン・もやし・コーン・鶏がらスープの素・油 みかん	おせんべい ぜんざい (白玉粉・絹ごし豆腐・ゆであずき・塩・ 砂糖)
5 (水)	ごはん 梅ジンジャーポーク 里芋の和風サラダ 味噌汁 バナナ	米 豚肉・玉葱・もやし・キャベツ・椎茸・梅干し・おろし生姜・醤油・酒・みりん・砂糖・油 里芋・きゅうり・人参・ツナ・醤油・かつお節・マヨネーズ・塩・こしょう 大根・舞茸・白菜・みつば・味噌 バナナ	リッツ ももパイ (パイシート・グラニュー糖・もも缶)
6 (木)	ごはん カレイのレモンソース揚げ サラダ ハンバーガースープ オレンジ	米 カレイ・塩・こしょう・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・レモン果汁 ほうれん草・もやし・砂糖・酢・薄口・油 豚挽肉・油・マカロニ・人参・じゃが芋・えのき・キャベツ・鶏がらスープの素・塩・こしょう オレンジ	干し芋 高野のココアラスク (高野豆腐・バター・ココア・ グラニュー糖)
7 (金)	 お弁当の日  必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します。		クラッカー ゼリー
8 (土)	 生活発表会 		
10 (月)	ごはん レバーのかりんとう なめたけ和え 味噌汁 りんご	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・酒・みりん・砂糖・醤油 キャベツ・切干大根・なめたけ・醤油 人参・玉葱・しめじ・油揚げ・味噌 りんご	スティックビスケット ブルーベリーヨーグルトケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・豆乳・ 油・ヨーグルト・ブルーベリージャム)
11 (火)	 建国記念日 		
12 (水)	バターライス 豆腐のふわとろボール サラダ 白菜のとろみスープ みかん	米・鶏肉・しめじ・コーン・パセリ・バター・鶏がらスープの素・塩・こしょう 豆腐・鶏挽肉・長芋・玉葱・椎茸・塩・薄口・片栗粉・揚げ油 ブロッコリー・人参・きゅうり・薄口・ごま油・いりごま 鶏肉・油・厚揚げ・白菜・白葱・カットわかめ・おろし生姜・鶏がらスープの素・片栗粉 みかん	リッツ じゃこマヨクラッカー (クラッカー・しらす干し・マヨネーズ・ ピザチーズ)
13 (木)	ごはん ブリだいこん 春菊のおかか和え 味噌汁 オレンジ	米 ブリ・大根・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 春菊・白菜・ツナ・かつお節・醤油・砂糖 キャベツ・しめじ・油揚げ・葱・味噌 オレンジ	干し芋 チーズドーナツ (米粉・砂糖・ベーキングパウダー・卵・ クリームチーズ・揚げ油)
14 (金)	カレーうどん ごま和え ウインナー バナナ	うどん・鶏肉・油・玉葱・人参・油揚げ・葱・カレールウ・醤油・みりん・酒・片栗粉 きゅうり・れんこん・ちくわ・醤油・砂糖・すりごま ウインナー バナナ	クラッカー バレンタインパフェ (ホットケーキミックス・ココア・ 豆乳・砂糖・豆乳生クリーム・いちご・ みかん缶・コーンフレーク)

	献立名	材料名	おやつ
15 (土)	<u>鶏とひじきの 炊き込みごはん</u> 味噌汁 オレンジ	米・鶏挽肉・油・人参・ひじき・切干大根・醤油・みりん・砂糖 白菜・玉葱・ごぼう・厚揚げ・みつば・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン
17 (月)	ごはん 牛肉とれんこんの炒め物 和え物 豚汁 みかん	米 牛肉・れんこん・人参・玉葱・おろしにんにく・油・酒・醤油・みりん キャベツ・もやし・コーン・ツナ・醤油 豚肉・さつまいも・大根・白菜・椎茸・味噌  みかん	おせんべい 抹茶ボーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油・抹茶)
18 (火)	ごはん 肉団子と野菜の味噌煮 春雨の酢の物 すまし汁 バナナ	米 豚挽肉・鶏挽肉・玉葱・おろし生姜・酒・塩・片栗粉・大根・小松菜・味噌・ 醤油・みりん・片栗粉 春雨・ツナ・きゅうり・キャベツ・すりごま・酢・砂糖・薄口 人参・ごぼう・豆腐・葱・薄口・塩 バナナ	リッツ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
19 (水)	麻婆丼 スティックサラダ たまごスープ オレンジ	米・豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・葱・おろし生姜・おろしにんにく・ 醤油・砂糖・味噌・テンメンジャン・酒・中華だしの素・片栗粉・ごま油 きゅうり・大根・かつお節・薄口・マヨネーズ 卵・もやし・えのき・青梗菜・中華だしの素 オレンジ	クラッカー ねぎじゃこおにぎり (米・しらす干し・白葱・いりごま・ 醤油・ごま油)
20 (木)	こぎつねごはん さばの竜田揚げ もみのり和え 味噌汁 りんご	米・鶏挽肉・油・油揚げ・人参・いんげん・薄口・醤油・酒・砂糖 鯖・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 小松菜・ちくわ・人参・もみのり・醤油 白菜・里芋・しめじ・みつば・味噌 りんご	干し芋 オレンジ蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・油・ 砂糖・マーマレード)
21 (金)	黒糖丸パン オムレツ れんこんのソテー 豆乳スープ バナナ	黒糖丸パン 卵・ウインナー・玉葱・じゃが芋・ピザチーズ・ケチャップ・塩・こしょう 豚挽肉・れんこん・人参・エリンギ・おろしにんにく・醤油・マヨネーズ さつまいも・キャベツ・コーン・青梗菜・豆乳・鶏がらスープの素 バナナ	スティックビスケット ぞうすい (米・鶏肉・油・白菜・人参・葱・薄口・ 塩)
22 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・人参・白菜・玉葱・青梗菜・椎茸・砂糖・みりん・薄口・ 醤油・酒・油・片栗粉 えのき・キャベツ・油揚げ・葱・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン
24 (月)	 振替休日 		
25 (火)	ごはん タンドリーチキン スパゲティサラダ スープ りんご	米 鶏肉・おろしにんにく・塩・ケチャップ・調製豆乳・みりん・カレー粉 サラダスパゲティ・人参・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・こしょう 白菜・もやし・玉葱・えのき・鶏がらスープの素 りんご	スティックビスケット   <u>バナナクッキー</u> (ホットケーキミックス・バナナ・油・ 砂糖・すりごま)
26 (水)	ごはん <u>鮭のゆず味噌焼き</u> 納豆和え 五目汁 バナナ	米 鮭・葱・白みそ・みりん・ゆず ほうれん草・キャベツ・人参・納豆・醤油・もみのり 鶏肉・油・しめじ・玉葱・ごぼう・みつば・塩・薄口 バナナ	リッツ 大学芋 (さつまいも・揚げ油・砂糖・醤油・ 黒いりごま)
27 (木)	ごはん シュウマイ 中華きゅうり 中華スープ みかん	米 豚挽肉・玉葱・コーン・おろし生姜・醤油・酒・塩・鶏がらスープの素・片栗粉・ シュウマイの皮 きゅうり・酢・砂糖・醤油・塩・ごま油・かつお節 豆腐・椎茸・キャベツ・カットわかめ・中華だしの素 みかん	干し芋 もちもちきなこパン (白玉粉・きな粉・豆乳・砂糖・塩・油)
28 (金)	ハヤシライス チーズ コロコロサラダ オレンジ	米・豚肉・油・玉葱・しめじ・人参・じゃが芋・ハヤシルウ スティックチーズ 大根・きゅうり・コーン・薄口・マヨネーズ・すりごま オレンジ	おせんべい アメリカンドック (ウインナー・ホットケーキミックス・ 砂糖・豆乳・揚げ油)
	※ひまわり組はお別れ遠足のため、お弁当です。		

★緑色の下線のメニューは玄関にレシピがありますので、参考にしてみてくださいね。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。