



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
2 (月)	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根の煮物 のっぺい汁 バナナ	米 鶏肉・おろし生姜・味噌・砂糖・みりん・すりごま 切干大根・ちくわ・人参・醤油・みりん・酒・砂糖 鶏肉・油・里芋・人参・ごぼう・葱・薄口・塩・片栗粉	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)
3 (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・水煮大豆・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	シガーフライ 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 (水)	ごはん 牛肉とれんこんの炒め物 和え物 豚汁 りんご	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・醤油 豚肉・油・さつまいも・大根・白菜・椎茸・味噌	リッツ 抹茶ポーロ (小麦粉・砂糖・無塩バター・油・抹茶)
5 (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・人参・もやし・砂糖・酢・薄口・ごま油 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)
6 (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
7 (土)	 生活発表会 		
9 (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・かぼちゃ・味噌	シガーフライ 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)
10 (火)	ごはん タンドリーチキン スパゲティサラダ スープ オレンジ	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	ビスケット バナナクッキー (ホットケーキミックス・バナナ・油・砂糖)
11 (水)	 建国記念日 		
12 (木)	ごはん ブリだいこん 春菊のおかか和え 味噌汁 みかん	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	おせんべい 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)
13 (金)	カレーうどん 和え物 おさつバター 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・コーン・れんこん・醤油・砂糖 さつまいも・無塩バター・塩 バナナ	リッツ 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)
14 (土)	鶏とひじきの 炊き込みごはん 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	クラッカー おやつパン

	献立名	材料名	おやつ
16 (月)	ごはん のり塩からあげ <u>里芋の和風サラダ</u> 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・青のり・鶏ガラスープの素・酒・片栗粉・揚げ油 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・もも缶・グラニュー糖)
17 (火)	ごはん 肉団子と野菜の味噌煮 納豆和え すまし汁 りんご	米 豚挽肉・鶏挽肉・玉葱・生姜・酒・塩・片栗粉・大根・人参・味噌・ 醤油・みりん・片栗粉 ほうれん草・キャベツ・もやし・納豆・醤油・もみのり 油揚げ・ごぼう・豆腐・葱・薄口・塩 りんご	おせんべい 大学芋 (さつま芋・揚げ油・砂糖・醤油)
18 (水)	そばろごはん 鮭の照り焼き 春雨の酢の物 味噌汁 みかん	米・豚挽肉・醤油・砂糖・酒・葱・油 鮭・みりん・砂糖・酒・醤油・生姜 春雨・ツナ・きゅうり・キャベツ・すりごま・酢・砂糖・薄口 鶏肉・油・しめじ・玉葱・人参・みつば・味噌 みかん	シガーフライ マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
19 (木)	麻婆丼 スティックサラダ わかめスープ バナナ	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・酢・砂糖・薄口 カットわかめ・コーン・もやし・えのき・青梗菜・中華だしの素・ごま油 バナナ	干し芋 ねぎじゃこおにぎり (米・しらす干し・白葱・いりごま・ 醤油・鶏ガラスープの素・ごま油)
20 (金)	ごはん 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 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 鶏肉・油・厚揚げ・白菜・白葱・おろし生姜・鶏がらスープの素・片栗粉 みかん	ビスケット 照りマヨクラッカー (クラッカー・鶏肉・マヨネーズ・醤油・ 焼きのり・砂糖・みりん・ピザチーズ・ 片栗粉)
21 (土)	中華風炊き込みご飯 中華スープ バナナ	米・鶏肉・たけのこ・干し椎茸・人参・ごま油・醤油・中華だしの素・塩 玉葱・しめじ・白菜・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	クラッカー おやつパン
23 (月)	 天皇誕生日		
24 (火)	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	リッツ もちもちきなこパン (白玉粉・きな粉・豆乳・砂糖・塩・油)
25 (水)	ごはん さばの竜田揚げ もみのり和え 味噌汁 りんご	米 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・かぼちゃ・しめじ・みつば・味噌 りんご	シガーフライ 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)
26 (木)	高菜チャーハン シュウマイ 中華きゅうり 中華スープ みかん	米・高菜漬け・卵・豚バラ肉・白葱・ごま油・醤油・中華だし 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・しめじ・キャベツ・カットわかめ・中華だしの素 みかん	クラッカー <u>アメリカンドック</u> (ウインナー・ホットケーキミックス・ 砂糖・豆乳・揚げ油)
27 (金)	黒糖丸パン オムレツ <u>れんこんのソテー</u> 豆乳スープ オレンジ	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 さつま芋・キャベツ・コーン・青梗菜・豆乳・鶏がらスープの素 オレンジ	おせんべい ぞうすい (米・鶏肉・油・白菜・人参・葱・薄口・ 塩)
28 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 バナナ	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 バナナ	リッツ おやつパン

★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。