

2月献立表

日付	曜日	献立名	材料	そよかぜおやつ
1	水	肉じゃが 小松菜のごまレモンあえ ししゃものパン粉焼き	牛肉 ジャがいも 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく いんげん 小松菜 もやし 人参 ごま ししゃも	菓子
2	木	鶏肉のゆかり焼き チーズ入りフレンチサラダ 豆乳スープ	鶏肉 ゆかり チーズ キャベツ きゅうり 人参 ベーコン かぼちゃ 玉ねぎ 小松菜 しめじ 豆乳	おにのカステラ カステラ 甘納豆 柿の種
3	金	節分・いわしのかば焼き 小松菜とコーンのおひたし 呉汁 フルーツプリン	いわし 生姜 小松菜 人参 とうもろこし 大豆 大根 人参 しめじ ねぎ みかん もも パイン 牛乳	菓子
6	月	春巻き 野菜とツナのごま酢あえ 大根のスープ	春巻きの皮 豚肉 春雨 人参 たけのこ 干しいたけ いら 生姜 ツナ 小松菜 もやし ごま 鶏肉 大根 人参 わかめ	菓子
7	火	トマトハヤシシチュー シャーマンポテト 果物	牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム グリンピース ベーコン ジャがいも 玉ねぎ パセリ みかん	さつまいもの粉チーズあえ さつまいも 粉チーズ
8	水	飛鳥汁 かぼちゃサラダ そぼろ納豆	鶏肉 油揚げ 大根 人参 ごぼう 白菜 ねぎ 牛乳 かぼちゃ 玉ねぎ クリームチーズ 納豆 豚ひき肉 いら キャベツ 白ねぎ	菓子
9	木	ぶりの塩焼き 切干大根の和風サラダ すまし汁	ぶり 切干大根 キャベツ 人参 小松菜 塩こんぶ ごま おつゆ麩 玉ねぎ 人参 ねぎ	にゅうめん そうめん 生麩 油揚げ 玉ねぎ 人参
10	金	肉団子と野菜のホクホク煮 みそ汁 かみかみふりかけ	豚ひき肉 鶏ひき肉 人参 ねぎ 生姜 大根 小松菜 豆腐 えのきたけ 人参 わかめ ちりめん 塩こんぶ かつお節 ごま	菓子
13	月	回鍋肉 いら玉スープ 大豆の甘辛揚げ	豚肉 キャベツ ピーマン 玉ねぎ 人参 エリンギ 卵 玉ねぎ 人参 いら 大豆 ごま	菓子
14	火	えび入り厚焼き卵 豆苗とちくわのツナサラダ みそ汁	卵 鶏ひき肉 えび 玉ねぎ 人参 パセリ ちくわ ツナ 豆苗 キャベツ 切干大根 さつまいも 人参 わかめ	ハートのパイ、牛乳(ミロ) パイ皮 いちごジャム
15	水	豚肉と野菜のボン酢炒め 白菜のポトフ 果物	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン ウインナー ジャがいも 白菜 ブロッコリー 人参 りんご	菓子
16	木	さばのみそ煮 小松菜のごまマヨネーズあえ せん切り野菜のすまし汁	さば 生姜 ハム 小松菜 キャベツ 人参 大根 人参 しいたけ かいわれ菜	オートミールのナゲット 鶏ひき肉 豆腐 オートミール
17	金	鶏肉の中華風照り焼き 野菜炒め もずく入りすまし汁	鶏肉 チンゲン菜 キャベツ 人参 しいたけ とうもろこし 油揚げ 豆腐 もずく 人参 小松菜	菓子
20	月	ピラフ フィッシュケーキ ブロッコリーのバター炒め ミネストローネ	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 パセリ粉 さけ ジャがいも 玉ねぎ 卵 ブロッコリー ベーコン キャベツ 玉ねぎ トマト 人参 ホールトマト	焼きもち 豆腐 白玉粉 甘納豆
21	火	いも煮 菜の花のごまあえ 果物	牛肉 厚揚げ 里芋 人参 大根 ごぼう しめじ こんにゃく 白ねぎ ちりめん 小松菜 なばな もやし とうもろこし ごま バナナ	菓子
22	水	みそカツ キャベツと水菜のおひたし のっぺい汁	豚肉 卵 ごま キャベツ 水菜 人参 ちくわ 里芋 大根 人参 こんにゃく ねぎ	卵サンド ロールパン 卵
24	金	マーボー大根 ナムル ごま小魚	豚ひき肉 厚揚げ 人参 大根 玉ねぎ 干しいたけ きくらげ ねぎ 生姜 小松菜 もやし 人参 とうもろこし ごま いわし ごま	菓子
27	月	煮込みハンバーグ ブロッコリーの塩ゆで コンソメスープ	合びき肉 玉ねぎ しめじ ブロッコリー ベーコン 玉ねぎ 人参 ほうれん草	菓子、牛乳(ミルメーク)
28	火	親子煮 白菜の塩こんぶあえ なめこ汁	鶏肉 卵 高野豆腐 玉ねぎ 人参 干しいたけ 豆苗 ちりめん 白菜 人参 きゅうり 塩こんぶ 大根 なめこ 人参 ねぎ	おさかなごはん 米 マグロ味付缶 小松菜

※ 行事・材料などの都合により内容が一部変更になることがあります。

おやつには牛乳がつかます



主食提供日(白ご飯はいりません)