

令和4年2月献立表

★印はマヨネーズ使用です

長栄保育園

日	曜日	献立名	主食	材 料 名			お や つ	
				熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	乳 児 (午前)	乳幼児 (午後)
1	火	厚揚げのそぼろ煮 白みそ汁	ごはん	油 板こんにゃく さとう かたくり粉 じゃがいも	鶏ひき肉 生揚げ 削り節 豆腐 生わかめ	ごぼう にんじん 干し椎茸 グリンピース(冷) たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	発酵乳 クッキー
2	水	肉団子のスープ煮(卵なし) ばんさんすう	ミルク ロール	かたくり粉 はるさめ(乾) さとう ごま油	鶏ひき肉 ロースハム	しょうが にんじん たまねぎ にら はくさい 干し椎茸 もやし きゅうり	牛 乳 のり巻きせんべい	お 茶 豆乳みそリゾット
3	木	大豆いりツナごはん 魚のカレー揚げ すまし汁	ごはん	油 さとう 白ごま 小麦粉	大豆 ツナ缶 さかな ちくわ 削り節	にんじん しょうが もやし たまねぎ みつば	お 茶 型抜きチーズ	牛 乳 かりんとう
4	金	ホワイトシチュー りんごサラダ	クロロール	じゃがいも 油 さとう バター 小麦粉	鶏もも肉 牛乳	にんじん たまねぎ しめじ グリンピース(冷) キャベツ りんご きゅうり コーン缶	牛 乳 クッキー	お 茶 塩せんべい
5	土	香り焼きそば 発酵乳		蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 発酵乳	しょうが にんにく 葉ねぎ にら キャベツ たまねぎ 赤ピーマン	お 茶 ごませんべい	
7	月	魚の梅煮 すまし汁 チーズ	ごはん	さとう ふ	さかな 豆腐 生わかめ 削り節 チーズ	梅干し しょうが ごぼう たまねぎ 葉ねぎ	牛 乳 かりんとう	野菜ジュース マカロニ安倍川
8	火	カレーライス フレンチサラダ	麦ごはん	油 じゃがいも バター さとう	豚もも肉 ロースハム	にんにく しょうが にんじん たまねぎ グリンピース(冷) キャベツ きゅうり コーン缶	牛 乳 ぼんせんべい	牛 乳 ラスク
9	水	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 チーズ	ごはん	さとう 油	豚もも肉 生わかめ 削り節 チーズ	しょうが にんじん たまねぎ だいこん 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	牛 乳 小麦胚芽クッキー
10	木	切り干し大根の煮付け ふ玉汁 味付け煮干(幼児)	ごはん	油 さとう ふ かたくり粉	鶏もも肉 油揚げ 削り節 刻み昆布 生わかめ 卵 味付け煮干	切干し大根 にんじん たまねぎ さやいんげん 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	お 茶 のり巻きせんべい
11	金	建 国 記 念 の 日						
12	土	煮込みうどん フルーツゼリー		干しうどん(乾) フルーツゼリー	鶏胸肉 油揚げ 削り節	かぼちゃ にんじん 干し椎茸 根深ねぎ	お 茶 ビスケット	
14	月	厚揚げのそぼろ煮 白みそ汁	ごはん	油 板こんにゃく さとう かたくり粉 じゃがいも	鶏ひき肉 生揚げ 削り節 豆腐 生わかめ	ごぼう にんじん 干し椎茸 グリンピース(冷) たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	牛 乳 のり巻きせんべい	牛 乳 クッキー
15	火	白菜のクリーム煮 ツナサラダ	レーズン ロール	油 バター 小麦粉 さとう	ベーコン スキムミルク 生クリーム ツナ缶	はくさい にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ きゅうり 赤ピーマン コーン缶	牛 乳 クッキー	野菜ジュース じゃこボール
16	水	揚げ肉のインド煮 わかめスープ	コッペパン	かたくり粉 油 じゃがいも さとう 白ごま	鶏胸肉 大豆(水煮) 豆腐 生わかめ	にんじん たまねぎ パセリ もやし	牛 乳 あられ	牛 乳 ビスケット
17	木	ゆかりごはん 鶏肉のコトコト煮 マカロニサラダ★	ごはん	さとう マカロニ	鶏もも肉 ツナ缶	ゆかり粉 だいこん にんじん グリンピース(冷) しょうが キャベツ コーン缶 きゅうり	プリン	牛 乳 塩せんべい
18	金	豚肉のケチャップ煮 ベーコンスープ	ミルク ロール	油 さとう かたくり粉 じゃがいも	豚もも肉 ベーコン	たまねぎ 青ピーマン キャベツ にんじん パセリ コーン缶	牛 乳 クラッカー	お 茶 パイ菓子
19	土	香り焼きそば 発酵乳		蒸し中華めん 油 ごま油	豚もも肉 発酵乳	しょうが にんにく 葉ねぎ にら キャベツ たまねぎ 赤ピーマン	お 茶 ごませんべい	
21	月	煮 み そ もやしあえ	ごはん	さといも 板こんにゃく 油 さとう すりごま(白)	鶏もも肉 生揚げ 生わかめ	ごぼう だいこん にんじん もやし	牛 乳 かりんとう	お 茶 あんまき
22	火	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 チーズ	ごはん	さとう 油	豚もも肉 生わかめ 削り節 チーズ	しょうが にんじん たまねぎ だいこん 葉ねぎ	牛 乳 クラッカー	牛 乳 ごませんべい
23	水	天 皇 誕 生 日						
24	木	吹き寄せごはん チキンみそカツ そうめん汁	ごはん	糸こんにゃく 小麦粉 パン粉(乾) さとう 油 すりごま(白) そうめん	油揚げ 削り節 鶏ささみ	にんじん さやえんどう 干し椎茸 もやし ほうれんそう 葉ねぎ	牛 乳 塩せんべい	お 茶 ケーキ
25	金	白菜のクリーム煮 ツナサラダ	レーズン ロール	油 バター 小麦粉 さとう	ベーコン スキムミルク 生クリーム ツナ缶	はくさい にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ きゅうり 赤ピーマン コーン缶	牛 乳 クッキー	牛 乳 カルシウムせんべい
26	土	煮込みうどん フルーツゼリー		干しうどん(乾) フルーツゼリー	鶏胸肉 油揚げ 削り節	かぼちゃ にんじん 干し椎茸 根深ねぎ	お 茶 ビスケット	
28	月	切り干し大根の煮付け ふ玉汁 味付け煮干(幼児)	ごはん	油 さとう ふ かたくり粉	鶏もも肉 油揚げ 削り節 刻み昆布 生わかめ 卵 味付け煮干	切り干し大根 にんじん たまねぎ さやいんげん 葉ねぎ	牛 乳 ウエハース	お 茶 パイ菓子