

2月の献立

持子保育園

日	曜日	献立	主な食材	おやつ	日	曜日	献立	主な食材	おやつ
1	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	鶏肉 人参 しめじ 玉葱 卵 豆腐 えのき もやし ごぼう じゃがいも 人参 オレンジ	お菓子	15	土	ジャージャー麺 大根サラダ フルーツ	豚肉 中華麺 人参 もやし 玉葱 チンゲン菜 ホタテ 大根 人参 コーン キャベツ バナナ	お菓子
3	月	巻き寿司 豚汁 フルーツ	海苔 胡瓜 ツナ 人参 錦糸卵 いんげん 竹輪 人参 卵 れんこん ウインナー しらす干し たくあん 豚肉 さつま芋 人参 うす揚げ なす わかめ バナナ	牛乳 ミニメロンパン	17	月	タンドリーチキン キャベツのソテー コーンチャウダー	鶏肉 ツナ キャベツ 人参 玉葱 マッシュルーム コーン 玉葱 南瓜 キャベツ ウインナー 人参	牛乳 プレーンヨーグルト
4	火	鶏のクリーム煮 マカロニサラダ コンソメスープ	鶏肉 玉葱 人参 いんげん ハム マカロニ 人参 きゅうり コーン 大根 じゃが芋 しめじ 人参 わかめ ごぼう	牛乳 お菓子	18	火	パン ツナナゲット ほうれん草のクリーム煮 コンソメスープ	くるくるバターデニッシュ 鶏挽肉 豆腐 ツナ ホタテ ほうれん草 玉葱 人参 エリンギ コーン じゃが芋 人参 わかめ 玉葱 キャベツ なす	牛乳 心のラスク
5	水	パン タラのトマトソース スパニッシュオムレツ コーンチャウダー	クリームエスカルゴ タラ 玉葱 マッシュルーム コーン いんげん トマト 人参 じゃが芋 玉葱 ピーマン ハム チーズ 卵 大根 人参 南瓜 なす しめじ クリームコーン	牛乳 お菓子	19	水	カレーの和風ソース 柳川風煮 清汁	カレー しめじ 玉葱 人参 葱 牛肉 人参 玉葱 ごぼう 糸こんにゃく いんげん 卵 豆腐 じゃが芋 薄揚げ わかめ 人参 もやし	牛乳 お菓子
6	木	ちゃんぽん麺 金平ごぼう フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ 牛肉 ごぼう エリンギ 人参 いんげん バナナ	牛乳 巻き巻きロールパン	20	木	カレーライス コールスローサラダ フルーツ	牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 バナナ	牛乳 チヂミ
7	金	鶏つくねの香り焼 チンゲン菜と ホタテの炒め物 味噌汁	鶏挽肉 玉葱 人参 ホタテ チンゲン菜 人参 コーン 玉葱 しめじ 薄揚げ 豆腐 人参 さつま芋 大根 しめじ わかめ	クロレラ バナナ蒸しパン	21	金	鯖の南蛮漬け 牛肉とひじきの炒め物 味噌汁	鯖 赤パプリカ ピーマン 玉葱 牛挽肉 大根 ひじき 人参 ごぼう いんげん 豆腐 薄揚げ もやし 白菜 さつま芋 しめじ	クロレラ チーズ蒸しケーキ
8	土	ハヤシライス コンソメスープ フルーツ	牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム 薄揚げ 南瓜 大根 しめじ 白菜 りんご	お菓子	25	火	パン プリのピカタ キャベツのカレー炒め コーンチャウダー	イエローロール プリ ウインナー キャベツ 人参 エリンギ コーン マッシュルーム 玉葱 じゃが芋 キャベツ 大根 人参 クリームソース	牛乳 マーラーカオ
10	月	鶏の葱ソース焼き 人参と卵の炒め物 清汁	鶏肉 葱 白葱 玉葱 人参 玉葱 しめじ 糸こんにゃく 卵 葱 薄揚げ わかめ じゃが芋 大根 玉葱 人参	牛乳 フワフワパン	26	水	肉団子の甘酢あんかけ 卵焼き 中華スープ	豚挽肉 玉葱 しいたけ 筍 葱 ハム チーズ コーン 玉葱 人参 チンゲン菜 卵 わかめ 人参 もやし 玉葱 じゃが芋 豆腐	牛乳 お菓子
12	水	鮭のカレーソース 和風サラダ 豚汁	鮭 玉葱 しめじ 人参 ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 豚肉 人参 大根 ごぼう 白菜 しめじ	牛乳 お菓子	27	木	鯖のおろしダレ 根菜炒め 味噌汁	鯖 大根 葱 牛挽肉 人参 れんこん ごぼう コーン 葱 薄揚げ 人参 南瓜 大根 しめじ わかめ	牛乳 スイートポテト
13	木	唐揚げ 和風スパゲッティ カレースープ フルーツゼリー	鶏肉 ツナ 玉葱 葱 しめじ 人参 コーン スパゲッティ じゃが芋 人参 大根 キャベツ 薄揚げ みかん缶	ジョア パウンドケーキ	28	金	カレーピラフ ごぼうサラダ わかめスープ フルーツ	焼豚 しめじ 人参 玉葱 エリンギ ピーマン ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン わかめ 人参 大根 じゃが芋 絹揚げ オレンジ	クロレラ 豆腐ドーナツ
14	金	チャーハン ツナサラダ コンソメスープ フルーツ	焼豚 玉葱 コーン 人参 マッシュルーム 葱 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 人参 大根 わかめ 薄揚げ しめじ じゃが芋 オレンジ	牛乳 プレーンヨーグルト	29	土	中華丼 清汁 フルーツ	豚肉 玉葱 人参 筍 白菜 椎茸 わかめ 豆腐 人参 しめじ じゃが芋 なす りんご	お菓子

夕間食はおにぎりです



2月6日はクッキングです。エプロン・三角巾の用意をお願いします。

巻き巻きロールパン

サランラップの上に耳なしの食パンを置き、スライスチーズをのせる。
ウインナーを乗せサランラップで巻き、端っこをひねって、キャンディ型にする。
少し時間が経ったらサランラップを外してオーブンで焼く。



