



2月

献立表



月	火	水	木	金	土
					1日 あんかけ丼 豚ミンチ・玉ねぎ・人参・白菜・豆腐・塩・しょうゆ・みりん・三温糖・油・片栗粉・七分付米 清汁 さつまいも・エリンギ・しょうゆ・塩 せんべい ばりんこ
3日 節分 巻き寿司 豚ミンチ・ほうれん草・もやし・人参・三温糖・しょうゆ・塩・ごま油・徳のり・七分付米 いわしのかば焼き 開きいわし・しょうゆ・みりん・片栗粉 梅和え キャベツ・カリフラワー・人参・梅肉・三温糖・しょうゆ 清汁 豆腐・かぶ・かぶの葉・しょうゆ・塩	4日 厚揚げのケチャップ炒め 厚揚げ・玉ねぎ・三度豆・パプリカ・ケチャップ・しょうゆ・みりん・三温糖・油 おさつバター焼き さつまいも・無塩バター・塩麹 和風和え チンゲン菜・大根・人参・三温糖・しょうゆ・油 スープ 鮎・レタス・しめじ・しょうゆ・塩・コンソメ	5日 豚肉と里芋の炒め煮 豚肉・里芋・つきこんにやく・しょうゆ・三温糖・酒・みりん・油 カレー炒め ごぼう・れんこん・人参・三温糖・しょうゆ・カレー粉・油 黒酢和え 小松菜・もやし・人参・しょうゆ・三温糖・黒酢 みそ汁 油揚げ・キャベツ・水菜・みそ	6日 鶏肉の玉ねぎおろしソース 鶏むね肉・塩麹・片栗粉・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖 ブロッコリーと長芋の洋風炒め ブロッコリー・長芋・ベーコン・オリーブ油・しょうゆ・三温糖 ナムル ほうれん草・かぶ・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油 清汁 大根・チンゲン菜・なめこ・しょうゆ・塩	7日 さばのマヨ焼き 鯖・片栗粉・油・ねぎ・マヨレシ・しょうゆ あらめ煮 あらめ・えのき・人参・三温糖・しょうゆ マリネ 白菜・パプリカ・水菜・しょうゆ・三温糖・すし酢・酢・オリーブ油 みそ汁 かぼちゃ・玉ねぎ・豆腐・みそ	8日 煮込みうどん 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・昆布・しょうゆ・三温糖・みりん・塩・乾麺 和え物 じゃがいも・ブロッコリー・レタス・三温糖・しょうゆ・油 せんべい 味しるべ(しょうゆせんべい)
10日 ジャンバラヤ風ご飯 ベーコン・玉ねぎ・パプリカ・ケチャップ・カレー粉・塩・しょうゆ・油・七分付米 鶏肉の竜田焼き 鶏もも肉・塩麹・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉 かつお和え チンゲン菜・さつまいも・人参・かつお・しょうゆ 清汁 大根・小松菜・しょうゆ・塩 ホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・ジャム・スキムミルク	11日 国民の休日 コーンマヨパン 牛乳 食パン・コーン・バセリ粉・マヨレシ	12日 ポークジンジャー 豚肉・生姜・りんご・玉ねぎ・しょうゆ・酢・みりん・油 サツと煮 白菜・人参・みりん・しょうゆ・片栗粉 マヨしょうゆ和え ほうれん草・カリフラワー・パプリカ・マヨレシ・しょうゆ スープ じゃがいも・油揚げ・三つ葉・しょうゆ・塩・コンソメ 抹茶うらうら オレンジ 牛乳 米粉・上新粉・抹茶・三温糖・水	13日 鮭のチーズパン粉焼き 生鮭・粉チーズ・みりん・しょうゆ・パン粉 里芋のきのこあん 里いも・しめじ・えのき・みりん・しょうゆ・片栗粉 春雨サラダ ブロッコリー・小松菜・人参・春雨・酢・すし酢・しょうゆ みそ汁 もやし・れんこん・春雨・みそ ちまき風おにぎり りんご 牛乳 ベーコン・人参・ねぎ・コーン・ごま油・しょうゆ・三温糖・酒・七分付米・もち米	14日 高野豆腐のオランダ煮 豚肉・高野豆腐・玉ねぎ・人参・片栗粉・三温糖・しょうゆ・みりん・だし汁・油 粉ふきいも じゃがいも・バセリ粉・塩 ゆかりサラダ キャベツ・水菜・ごぼう・ゆかり粉・しょうゆ 清汁 かぶ・レタス・ほうれん草・しょうゆ・塩 ブアマンケーキ 牛乳 小麦粉・BP・ココア・三温糖・油・水・塩	15日 大根のそぼろ丼 大根・人参・豚ミンチ・油・玉ねぎ・生姜・小松菜・みそ・しょうゆ・酒・片栗粉・七分付米 スープ 長芋・チンゲン菜・しょうゆ・塩・コンソメ せんべい きなこちませんべい
17日 黒豆ごはん 黒豆・人参・三つ葉・みりん・しょうゆ・七分付米 鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉・マーマレード・しょうゆ・塩麹 マヨドレ和え 白菜・ブロッコリー・パプリカ・マヨレシ・しょうゆ 清汁 キャベツ・玉ねぎ・しょうゆ・塩 かぼちゃの豆腐パン 牛乳 かぼちゃ・絹ごし豆腐・米粉・BP・三温糖・油	18日 白身魚の風味焼き 白身魚・かぼす果汁・みりん・しょうゆ 大根と油揚げの煮物 大根・油揚げ・三温糖・みりん・しょうゆ・片栗粉 ごま和え じゃがいも・畑菜・玉ねぎ・ごま・ねりごま・しょうゆ・三温糖 みそ汁 ほうれん草・エリンギ・人参・みそ	19日 豆腐のミートソースかけ 木綿豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・ホーントマト・塩・ケチャップ・油・片栗粉 長芋の甘辛焼き 長芋・しょうゆ・三温糖・油 酢の物 チンゲン菜・カリフラワー・レタス・酢・すし酢・しょうゆ スープ れんこん・人参・わかめ・しょうゆ・塩・コンソメ	20日 ぶりの漬け焼き 鮭・酒・みりん・しょうゆ 青のり炒め かぼちゃ・人参・玉ねぎ・酒・みりん・三温糖・しょうゆ・塩・青のり・油 ゆずポンサラダ ほうれん草・えのき・赤かぶ・しょうゆ・三温糖・酢・ゆず果汁・油 清汁 もやし・大根・畑菜・しょうゆ・塩	21日 お誕生会 おすし かんぴょう・高野豆腐・人参・ちりめんじゃこ・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢・七分付米 手羽元の南部焼き 鶏手羽元・酒・みりん・しょうゆ・黒ごま キャベツとりんごのサラダ キャベツ・水菜・パプリカ・りんご・酢・オリーブ油・塩 かす汁 豚肉・さつまいも・ごぼう・豆腐・酒粕・みそ	22日 ちゃんぽんうどん 豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ・チンゲン菜・塩麹・三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油・乾麺 和え物 かぼちゃ・豆腐・人参・ごま・ねりごま・しょうゆ せんべい ばりんこ
24日 国民の休日 切干大根ごはん 切干大根・人参・玉ねぎ・みりん・しょうゆ・七分付米 鶏肉の梅焼き 鶏もも肉・みりん・しょうゆ・三温糖・梅肉 じゃこ和え 小松菜・ブロッコリー・パプリカ・しょうゆ・ちりめんじゃこ 清汁 キャベツ・もやし・しめじ・しょうゆ・塩 ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム	25日 切干大根ごはん 切干大根・人参・玉ねぎ・みりん・しょうゆ・七分付米 鶏肉の梅焼き 鶏もも肉・みりん・しょうゆ・三温糖・梅肉 じゃこ和え 小松菜・ブロッコリー・パプリカ・しょうゆ・ちりめんじゃこ 清汁 キャベツ・もやし・しめじ・しょうゆ・塩 ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム	26日 豚肉のウスターソース炒め 豚肉・玉ねぎ・ごぼう・酒・三温糖・しょうゆ・ウスターソース・油 煮豆 大豆水浸し・人参・つきこんにやく・昆布・しょうゆ・三温糖 甘酢和え ほうれん草・れんこん・人参・しょうゆ・すし酢・酢・三温糖・油 みそ汁 鮎・菜の花・とろろ昆布・みそ 餃子ピザ オレンジ 牛乳 餃子の皮・さつまいも・ベーコン・玉ねぎ・ケチャップ・チーズ	27日 たいようお弁当日 ユーリンチー風 鶏むね肉・塩麹・片栗粉・白ねぎ・生姜・酒・しょうゆ・酢・三温糖・みりん・ごま油 ツナのソテー ツナ・春菊・パプリカ・金時豆・しょうゆ・油・三温糖・塩 磯辺和え キャベツ・もやし・人参・焼きのり・しょうゆ スープ じゃがいも・玉ねぎ・水菜・しょうゆ・塩・コンソメ おにぎり りんご 牛乳 梅肉・塩・ごま・七分付米	28日 さわらの野菜和風あんかけ 鮎・塩麹・油・人参・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖・みりん・片栗粉 厚揚げの煮物 厚揚げ・三度豆・三温糖・しょうゆ・塩 レモンサラダ チンゲン菜・大根・人参・オリーブ油・しょうゆ・レモン果汁・塩 みそ汁 白菜・なめこ・ほうれん草・みそ ダイヤモンドクッキー 牛乳 小麦粉・三温糖・無塩バター・油・牛乳・グラニュー糖	

乳児の朝おやつ 月～金 牛乳
主食 七分付米

※材料の都合により献立の変更もあります