



[平成31年度]

# 2月の献立 (1~15日)

【豊北きらきらこども園】

日 曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリ-
1 土	チャンポン 煮豆	豚肉 チャンポン玉 キャベツ 玉葱 人参 もやし 葱 さつま揚げ 板かま 木耳 コンソメ 油 きんとき豆 砂糖	バナナ	りんごジュース クッキー	396
3 月	鬼さんコロケ 苺	じゃが芋 合挽肉 玉葱 人参 小麦粉 卵 パン粉 油 干しひじき 人参 油揚げ さつま揚げ グリンピース ケチャップ とんがりコーン 苺	ウエハース	豆菓子 菓子	475
4 火	筑前煮 ごま和え	鶏肉 人参 れんこん ごぼう 里芋 生揚げ うずら卵 さつま揚げ こんにゃく 砂糖 しょうゆ 法連草 キャベツ しらす干し ごま 砂糖 しょうゆ	りんご ソフトビス	クッキー	372
5 水	魚のフライ タルタルソースかけ 白菜のごま和え	魚 小麦粉 卵 パン粉 油 玉葱 卵 マヨネーズ 白菜 法連草 ごま 砂糖 しょうゆ	ミニドーナツ	ミルク餅 (牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖)	431
6 木	味噌おでん 小松菜としらすの佃煮	鶏肉 大根 人参 里芋 昆布 さつま揚げ 生揚げ うずら卵 味噌 小松菜 しらす干し わかめ ごま	みかん クッキー	大豆のブラウニー (小麦粉 ココア 大豆 チョコ レーズン バター おから 卵)	440
7 金	のっぺい汁 ししゃも	鶏肉 人参 白菜 里芋 いか 大根 干し椎茸 豆腐 こんにゃく 葱 昆布 しょうゆ 片栗粉 ししゃも	スティックパン	南瓜のドーナツ (ホットケーキmix 小麦粉 南瓜 卵 油)	317
8 土	カレー 酢物	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース カレールー 大根 人参 胡瓜 若布 板かま みかん缶 ごま 酢	バナナ	オレンジジュース ソフトビス	339
10 月	五目うどん 法連草サラダ	牛肉 うどん玉 人参 干し椎茸 油揚げ 板かま 若布 卵 葱 煮干し 昆布 しょうゆ 法連草 キャベツ コーン ハム ヨーグルト マヨネーズ	りんご せんべい	りんごとさつま芋のケーキ (ホットケーキmix 卵 りんご さつま芋 バター)	404
12 水	チキンフライ 洋風卵スープ	鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 油 ベーコン えのき茸 しめじ 玉葱 人参 若布 豆腐 卵 パン粉 粉チーズ コンソメ	ポーロ	チョコスコーン (ホットケーキmix 卵 チョコ 油 砂糖)	474
13 木	味噌けんちょう ふりかけ	鶏肉 人参 里芋 大根 白菜 ごぼう 干し椎茸 豆腐 味噌 しょうゆ かつお節 しらす干し 青のり ごま しょうゆ	カステラ	ポテト団子 (白玉粉 じゃが芋 油 きな粉 砂糖)	368
14 金	魚の塩焼き 磯煮	魚 塩 鶏肉 干しひじき 人参 干し椎茸 さつま揚げ 油揚げ こんにゃく 筍 ごぼう 砂糖 しょうゆ	みかん ソフトビス	クッキー	347
15 土	焼きスパゲティ 胡瓜のごま和え 粗挽きウィンナー	豚肉 スパゲティ 玉葱 人参 キャベツ もやし ピーマン さつま揚げ 焼きそばソース 油 胡瓜 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ 粗挽きウィンナー	バナナ	りんごジュース せんべい	356



●海・風組 10時のおやつに + 牛乳  
●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)

