



[平成31年度]

2月の献立 (16~29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)	カロリー
17 月	海老と野菜のかき揚げ 大根とツナの酢物 【月組】味噌汁の日	えび 玉葱 さつま芋 人参 コーン グリンピース 卵 小麦粉 油 大根 人参 ツナ缶 ごま 砂糖 酢 白菜 法連草 しめじ かつお節 煮干し 味噌	りんご ソフトビス	カルピスケーキ (ホットケーキmix カルピス ヨーグルト バター 卵)	455
18 火	フィッシュハンバーグ 中華風酢物	えそミンチ 玉葱 人参 干し椎茸 豆腐 生姜 卵 パン粉 ケチャップ キャベツ 人参 卵 春雨 かにかま ごま 砂糖 酢	カステラ	クッキー	372
19 水	麻婆豆腐 野菜のドレッシング和え	豚ミンチ 豆腐 人参 筍 もやし 葱 にんにく 生姜 ごま油 味噌 しょうゆ 片栗粉 胡瓜 人参 キャベツ ハム 酢 油	ポーロ	きな粉団子 (白玉粉 きな粉 砂糖)	402
20 木	豚汁 ししゃも	豚肉 豆腐 里芋 人参 玉葱 大根 ごぼう こんにゃく 油揚げ 葱 味噌 油 ししゃも	ゼリー	サイコロラスク (食パン バター 砂糖 牛乳)	467
21 金	ささ身のフライ 中華スープ	鶏ささ身 小麦粉 卵 パン粉 油 白菜 わかめ 玉葱 生椎茸 葱 卵 中華スープの素 ごま	みかん せんべい	クッキー	341
22 土	冬野菜のシチュー 利休和え	鶏肉 玉葱 人参 蕪 大根 じゃが芋 ブロッコリー 白菜 シチュールー 牛乳 油 胡瓜 たくあん ごま 砂糖 しょうゆ	バナナ	りんごジュース せんべい	320
25 火	五目卵焼き れんこんきんぴら ブロッコリーのマヨネーズ和え	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン コーン 卵 れんこん ごま 砂糖 しょうゆ 油 ブロッコリー マヨネーズ レモン	りんご ソフトビス	クッキー	328
26 水	魚のかば焼き 野菜のベーコンソテー	魚 生姜 砂糖 しょうゆ 片栗粉 油 ベーコン 法連草 人参 玉葱 キャベツ ピーマン 油	ウェハース	クラスター (さつま芋 油 脱粉 バター 砂糖)	396
27 木	すき焼き風煮 法連草の和え物	牛肉 白菜 もやし 糸こん 大根 人参 ごぼう 葱 生揚げ 砂糖 しょうゆ 油 法連草 かにかま ごま 砂糖 しょうゆ	スティックパン	ジャムサンド (食パン 苺ジャム マーガリン)	350
28 金	炒り豆腐 かりこり煮干し	鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 豆腐 板かま 卵 干し椎茸 グリンピース 油 砂糖 しょうゆ かえりちりめん 砂糖 しょうゆ ごま	みかん せんべい	クッキー	369
29 土	カレー 酢物	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 油 カレールー キャベツ 人参 卵 かにかま みかん缶 砂糖 酢	バナナ	オレンジジュース ビスケット	310

●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)