

令和2年 2月の献立

	月 10日	火 25日	水 12・26日	木 13・27日	金 14・28日	土 1・15・29日
献立	10日 麺の日	チャプチェ もやしと胡瓜のツナナムル トックスープ	クリームシチュー 白菜とリンゴのサラダ	鱈の柚庵焼き ひじきと大豆の含め煮 キャベツの味噌汁	鶏の唐揚げ ほうれん草のおかか和え さつま汁	中華そば
材料		春雨 牛肉 もやし 赤パプリカ 胡瓜 黄パプリカ ツナ缶 ほうれん草 ゴマ油 玉葱 椎茸 鶏がらスープ 人参 醤油 にんにく いりごま トック 醤油 塩 玉子 青葱 三温糖 鶏がらスープ ゴマ油 醤油	豚肉 白菜 じゃが芋 りんご 玉葱 ハム 人参 塩 胡椒 ホワイトルウ フレンチ 牛乳 ドレッシング 塩 胡椒 12日フレンチトースト (食パン 牛乳 玉子 三温糖 干しぶどう) 26日 ヨーグルト /ヤクルト	鱈 酒 キャベツ みりん 玉葱 醤油 油揚げ 三温糖 鰹だし 柚子果汁 味噌 ひじき 大豆 人参 油揚げ 鰹だし 三温糖 醤油	(14日 お誕生会) 鶏もも肉 ほうれん草 生姜 もやし 人参 にんにく しめじ 花鰹 醤油 醤油 みりん みりん 小麦粉 さつま芋 片栗粉 大根 ゴボウ サラダ油 つき蒟蒻 青葱 生姜 鰹だし 味噌	中華麺 豚肉 玉葱 人参 もやし 青葱 鶏がらだし 醤油
おやつ		バナナ、小魚 / 牛乳 (バナナ、小魚、醤油 三温糖、酒、いりごま)	ホットケーキ / 牛乳 (ホットケーキミックス メープルシロップ)	豆乳くずもち / 牛乳 (豆乳 片栗粉 三温糖 きな粉 塩)	焼き芋 / 牛乳 (さつま芋)	パン / 牛乳
	月 3・17日	火 4・18日	水 5・19日	木 6・20日	金 7・21日	土 8・22日
献立	筑前煮 切干大根の含め煮 いわしのつみれ汁	豚肉のしそゴマ照り焼き 白和え 南瓜の味噌汁	タラの甘酢あんかけ 根菜のきんぴら風煮 白菜の味噌汁	カレーライス ツナサラダ	鶏肉と大豆のトマト煮 小松菜のさっと煮 豆腐とわかめの味噌汁	肉うどん
材料	里芋 レンコン 鯛のすり身 人参 ゴボウ (玉子入り) 竹輪 鶏もも肉 大根 人参 板こんにゃく 豆腐 青葱 さやいんげん 鰹だし 酒 鰹だし 醤油 醤油 生姜 みりん 三温糖 みりん 切干大根 人参 油揚げ 鰹だし 醤油 三温糖	(18日 お弁当日) 豚ロース 豆腐 人参 いりごま ほうれん草 大葉 醤油 板こんにゃく 三温糖 しめじ 醤油 みりん 鰹だし 塩 三温糖 南瓜 ゴボウ 白味噌 玉葱 鰹だし みりん 味噌 すりゴマ	タラ 小麦粉 レンコン 玉葱 人参 ゴボウ 酒 ピーマン 人参 ベーキング さやいんげん パウダー いりごま 酢 三温糖 酒 醤油 醤油 油 みりん 片栗粉 三温糖 白菜 えのき茸 油揚げ 鰹だし 味噌	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 玉葱 玉葱 ツナ缶 人参 マヨネーズ カレールウ 醤油 牛乳 塩 胡椒	大豆 小松菜 鶏もも肉 油揚げ 玉葱 人参 醤油 人参 鰹だし カット 三温糖 トマト缶 ケチャップ 豆腐 青葱 ブイヨン 油揚げ 三温糖 わかめ 塩 鰹だし 胡椒 味噌	茹でうどん 牛肉 生姜 青葱 醤油 みりん 三温糖 塩 鰹だし 昆布だし
おやつ	3日 福豆・みかん/ 牛乳 (乳児:きな粉ボーロ・みかん) 17日コーンマヨトースト(食 パン コーン マヨネーズ)	お好み焼き(お好み焼き 粉 キャベツ 竹輪 天 かす 桜えび 青のり ソース 油) / 牛乳	きな粉マカロニ(きな粉 三温糖 マカロニ 塩) / ヤクルト	りんご入りマフィン (りんご ホットケーキ ミックス 三温糖)/牛乳	ジャムサンド / 牛乳 (食パン 苺ジャム)	パン / 牛乳

