



2月 給食献立表



2020年

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ディスプレイ
1	土	五目ご飯 きゅうりとワカメの酢の物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ポップコーン	豚もも・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・ポップコーン 車糖	にんじん・乾しいたけ・きゅうり 生わかめ・こまつな・ごぼう	幼児
3	月	米飯 いわしの照り焼き 根菜の煮物 おぼろのすまし汁	お茶 恵方巻き 節分豆	まいわし・豚かた・絹ごし豆腐 まぐろ缶詰・だいず	米・薄力粉・さといも・車糖 マヨネーズ	しょうが・大根・にんじん・ごぼう グリーンピース・削り昆布・切りみつば 焼きのり・きゅうり	幼児
4	火	冬の根菜カレー りんごのサラダ ゆで卵	牛乳 フルーツゼリー	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 普通牛乳	米・じゃがいも・なたね油 マヨネーズ・車糖	にんじん・たまねぎ・ごぼう・れんこん トマト缶詰・キャベツ・きゅうり りんご・バナナ・ネクタリン・寒天 パインアップル缶詰・みかん缶詰	幼児
5	水	米飯 鱈の竜田揚げ ポテトサラダ ぶた汁 カルシウムふりかけ	牛乳 チヂミ	さわら・ロースハム・豚もも 甘みそ・煮干し・かつお削り節 普通牛乳・鶏卵・しらす干し 油揚げ	米・かたくり粉・なたね油 じゃがいも・マヨネーズ ごま油・ごま・車糖・上新粉	にんじん・きゅうり・大根・ごぼう りょくとうもやし・あおのり・塩昆布 はくさい・たまねぎ・にら	おひさま
6	木	米飯 厚揚げとミンチの中華煮 パンパンジーサラダ ニラのスープ バナナ	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	生揚げ・牛ひき肉・豚ひき肉 普通牛乳・鶏卵・低脂肪牛乳 スキムミルク・ささ身	米・なたね油・かたくり粉 車糖・ホットケーキ・ごま油	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・りょくとうもやし レタス・にら・きゅうり・バナナ 西洋かぼちゃ	幼児
7	金	味噌ラーメン 中華サラダ レバーの甘辛和え オレンジ	牛乳 じゃこトースト	豚もも・鶏肝臓・普通牛乳 しらす干し・パルメザンチーズ 甘みそ	中華めん・有塩バター・車糖 かたくり粉・なたね油・食パン マヨネーズ・ごま・ごま油	りょくとうもやし・スイートポテト・にんじん きゅうり・レタス・オレンジ わかめ・あおのり	幼児
8	土	発表会・お弁当	牛乳 トムギおこし	普通牛乳	おこし		幼児
10	月	米飯 鮭のカレーから揚げ ひじきのごまサラダ かきたま汁 りんご	牛乳 チーズ春巻き	べにざけ・しらす干し・鶏卵 普通牛乳・プロセスチーズ	米・かたくり粉・マヨネーズ 車糖・ごま・しゅうまいの皮 なたね油・焼きふ	ほしひじき・きゅうり・スイートポテト たまねぎ・生しいたけ・ほうれんそう にんじん・りんご	幼児
12	水	米飯 トマト入り肉じゃが 春雨サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 さつま芋羊羹	豚ロース・ロースハム・鶏卵 油揚げ・普通牛乳・甘みそ	米・じゃがいも・なたね油 普通はるさめ・マヨネーズ さつまいも・車糖	たまねぎ・にんじん・さやいんげん きゅうり・西洋かぼちゃ・トマト 寒天	なぎさ
13	木	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 鱈の塩焼き もやしの酢の物 えのきとわかめの味噌汁	牛乳 もちもちチーズパン	豚かた・さわら・普通牛乳 パルメザンチーズ・甘みそ	米・車糖・焼きふ・白玉粉 なたね油	にんじん・りょくとうもやし えのきたけ・生わかめ・たまねぎ きゅうり	幼児
14	金	米飯 鶏のマーマレード煮 マカロニサラダ キャベツとウインナーのスープ オレンジ	牛乳 キャロットケーキ	鶏もも・ロースハム・鶏卵 普通牛乳・ウインナー ホットクリーム・スキムミルク	米・なたね油・マーマレード かたくり粉・マヨネーズ・ホットケーキ マーガリン・車糖	たまねぎ・にんじん・エリンギ きゅうり・キャベツ・オレンジ パセリ	幼児
15	土	鶏そぼろ丼 じゃがいもの煮物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ねじりん棒	鶏ひき肉・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	なたね油・米・じゃがいも 小麦粉あられ・車糖	スイートポテト・にんじん・グリーンピース にんじん・こまつな	幼児
17	月	米飯 さばのみぞれ煮 小松菜の白和え 豆腐とニラの味噌汁	牛乳 チーズクッキー まるごと小魚	まさば・木綿豆腐・普通牛乳 パルメザンチーズ・片口いわし 甘みそ・鶏卵	米・薄力粉・なたね油・車糖 無塩バター・ごま油	大根・こまつな・にんじん・にら たまねぎ	幼児
18	火	赤飯 鶏肉の竜田揚げ 彩りサラダ ほうれん草のポタージュ バナナ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・鶏もも・プロセスチーズ ロースハム・低脂肪牛乳 普通牛乳・鶏卵・ホットクリーム スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油 ホットケーキ・マーガリン 車糖・薄力粉	ブロッコリー・にんじん・きゅうり ほうれんそう・バナナ・ネクタリン	幼児
19	水	米飯 カレイの青のり焼き 切り干し大根と昆布の煮物 けんちん汁	牛乳 わらび餅	まがれい・豚もも・木綿豆腐 普通牛乳・きな粉・油揚げ	米・薄力粉・パン粉・なたね油 ごま油・車糖・さといも さつまいもでん粉	あおのり・刻み昆布・切干しだいこん にんじん・ごぼう・大根・にんじん	おひさま
20	木	米飯 シーチキンのがんも 小松菜と焼き海苔のサラダ レバーの甘辛和え 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	木綿豆腐・まぐろ缶詰・鶏肝臓 生揚げ・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳・ヨーグルト・鶏卵	米・かたくり粉・なたね油 車糖・ごま・ごま油	たまねぎ・にんじん・焼きのり 大根・ごぼう・れんこん・ぶなしめじ こまつな	幼児
21	金	豆腐めし 焼き鱈の煮付け スタミナ納豆 らっきょう えのきとわかめのすまし汁	牛乳 ふのラスク	木綿豆腐・まさば・鶏ひき肉 挽きわり納豆・普通牛乳 クリーム・煮干し	米・車糖・なたね油・焼きふ 有塩バター・ごま油	にんじん・乾しいたけ・たまねぎ 菜ねぎ・らっきょう・えのきたけ しょうが・わかめ	幼児
22	土	チキンライス 野菜サラダ エノキのスープ	牛乳 ポテトチップ	鶏ひき肉・普通牛乳	米・なたね油・車糖・ポテトチップス	たまねぎ・青ピーマン・にんじん きゅうり・トマト・えのきたけ レタス	幼児
25	火	ポテト・パセリ ブロッコリーとチーズのサラダ じゃがいものポタージュ	牛乳 きな粉トースト	豚ひき肉・牛ひき肉・きな粉 低脂肪牛乳・普通牛乳 プロセスチーズ・スキムミルク	マヨネーズ・有塩バター オリーブ油・車糖・薄力粉 じゃがいも・食パン	たまねぎ・にんじん・セロリ トマト缶詰・ブロッコリー・パセリ にんにく	幼児
26	水	米飯 鮭のレモン和え れんこんサラダ 豆腐となめこの味噌汁 オレンジ	牛乳 マーブル蒸しパン	べにざけ・まぐろ缶詰 甘みそ・普通牛乳・鶏卵 木綿豆腐	米・車糖・なたね油・かたくり粉 マヨネーズ・ホットケーキ	西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン にんじん・れんこん・きゅうり なめこ・たまねぎ・オレンジ キャベツ	なぎさ
27	木	米飯 筑前煮 白菜としらすの酢の物 ぶた汁	牛乳 フルーツヨーグルト	鶏もも・焼き竹輪・しらす干し 油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト・豚もも	米・車糖	にんじん・たけのこ・グリーンピース 生しいたけ・れんこん・はくさい りょくとうもやし・大根・ごぼう みかん缶詰・パインアップル缶詰 ネクタリン・りんご・バナナ	幼児
28	金	米飯 鱈のチーズパン粉焼き 揚げポテトサラダ えのきとわかめのすまし汁 りんご	牛乳 マカロニきな粉	まさば・パルメザンチーズ ロースハム・普通牛乳・きな粉	米・パン粉・じゃがいも・なたね油 マヨネーズ・焼きふ マヨネーズ・車糖	しょうが・にんじん・えのきたけ 生わかめ・たまねぎ・りんご きゅうり	幼児
29	土	中華どんぶり 豆腐サラダ 玉葱の味噌汁	牛乳 カリポテ	豚かた・木綿豆腐・油揚げ 普通牛乳・甘みそ	米・なたね油・かたくり粉・ごま油 車糖・カリポテ	はくさい・だいずもやし・生しいたけ にんじん・たけのこ・ほうれんそう きゅうり・たまねぎ	幼児
2	月	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とじ ほうれん草と人参のしらす和え 小松菜の味噌汁	牛乳 チーズカレーパン	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 普通牛乳・豚ひき肉 しらす干し・油揚げ・甘みそ プロセスチーズ	米・車糖・食パン・なたね油	たまねぎ・にんじん・生しいたけ 西洋かぼちゃ・トマト缶詰 グリーンピース・ほうれんそう こまつな	幼児
3	火	ちらしずし ひじきと大豆の煮物 かきたま汁 いちご	牛乳 ひなあられ	鶏卵・凍り豆腐・まぐろ缶詰 普通牛乳・だいず	米・車糖・なたね油・焼きふ ひなあられ	乾しいたけ・にんじん・さやいんげん 焼きのり・たけのこ・ほしひじき たまねぎ・生しいたけ・ほうれんそう れんこん・いちご	幼児
4	水	米飯 鶏の甘辛和え ちくわの酢の物 きのこの味噌汁	牛乳 ホットケーキ	鶏もも・焼き竹輪・甘みそ 鶏卵・スキムミルク・普通牛乳	米・かたくり粉・車糖・ホットケーキ 有塩バター・マーブルシロップ	ブロッコリー・きゅうり・にんじん わかめ・ぶなしめじ・たまねぎ 乾しいたけ・なめこ・えのきたけ	おひさま

※献立は都合により変更することがあります。
 ※延長保育のおやつは、基本は市販のお菓子を使用しています。