2025年 2月献立表

羽村たつの子保育園

<今月の平均栄養量>

3歳以上児 熱量:590kcal 蛋白質:21.9g 脂質:15.2g

3歳未満児 熱量:472kcal 蛋白質:17.1g 脂質:11.7g

	日	主食	汁物	主菜	副菜	午後おやつ	備考
		ごはん	味噌汁	鰆の西京焼き	切干大根煮	おかか梅おにぎり	AMプルーン
В	10	五分米	白菜、人参	サワラ	切干大根、人参、小松菜	白米、梅干し、削り節	
73	,,		玉葱、あおさ	酒、白味噌	干椎茸、高野豆腐、砂糖、醬油		
			味噌、だし		ごまプロッコリー・人参S	ごぼうS	
		ごはん	味噌汁	あぶリチキン	妙りおかか和え	いがぐいぼうや	AMかぼちゃ
火	25	五分米	かぶ、油揚げ	鶏肉	小松菜、もやし	さつま芋、そうめん	
	23		人参、絹さや	長ねぎ	人参、鰹節、醬油、油	小麦粉、砂糖、油	
			味噌、だし	酒、砂糖、醬油、みりん	大根煮・ごぼうS	大根S	
	12 26	ごはん	味噌汁	油揚げコロッケ	海藻ごき味噌和え	醤油飯	AMさつまいも
水		五分米	なめこ、豆腐	豚挽肉、じゃが芋、玉葱	海藻、キャベツ、小松菜、人参	白米、海苔、ごま油	
			人参、長ねぎ	油揚げ、塩、醬油	ごま、砂糖、味噌、ごま油	塩、醬油	
H		A 44	味噌、だし	揚げ油	かぶ煮・人参S	ごぼうS	13・27AMじゃがいも
	13 27	人参ごはん	豆乳味噌汁	幽庵焼き	春雨和え	13日お好み焼き	27日千千ミ
木		白米、人参	豚挽肉、もやし、人参	鮭	鶏肉、春雨、小松菜	キャベツ、人参、干海老	にら、小麦粉
		塩	にら、チンゲン菜	柚子、酒、醬油	人参、ごま、塩、醬油	小麦粉、削り節、青海苔	酒、醬油、ごま油
-	14 28	ごはん	豆乳、味噌、だし、ごま油	油 揚げ魚ねぎソース	さつまいも煮・大根S	人参S	人参S AMさつまいも
		五分米	味噌汁 大根、人参	病け無役ごソース トロカジキ	酢の物 胡瓜、わかめ、人参、しらす	ミルク葛餅 牛乳、片栗粉、砂糖	AMCフまいて
金		五刀木	スペ、人参 えのき、小松菜	トロカシャ 長ねぎ、酒、砂糖、醬油	砂糖、塩、酢、酱油	十乳、万米初、砂糖 きな粉	
			スのさ、小松采 味噌、だし	でま油、片栗粉、揚げ油	ロースト南瓜・ごぼうS	大根S	•
H	1		鶏南うど		和え物	わかめおにぎり	AMプルーン
		草ケ 表	通、鶏肉、大根、しめ!		小松菜、もやし、人参	白米	AIM AIL
土		塩、醤油、だし		塩、醬油	炊き込みわかめ		
		A. E. C.		ローストポテト・人参S	大根S	3・17AMプルーン	
Ħ	_	3日やこめごはん	吸い物	3日鰯の梅煮	ひじき煮	3日太巻き	17日ピラフボール
	3				ひしむ温	 1 日本令心	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
اےا	3		しめじ、人参				
月		五分米、もち米大豆、ちりめん、塩	しめじ、人参	イワシ、梅干し、酒、醬油	干ひじき、干椎茸、人参	白米、干瓢、胡瓜	白米、玉葱、人参
月	3 17	五分米、もち米	しめじ、人参				
月	17	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩	しめじ、人参 玉葱、わかめ	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、酱油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩
		五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、酱油 人参煮・大根S	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醤油 ごぼうS	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS
月火	17	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし 豚汁	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、酱油 人参煮・大根S ちりめん和え	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS おからスコーン	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS
	17	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、酱油 人参煮・大根S ちいめん和え ほうれん草、もやし	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS おからスユーン おから、小麦粉、バター	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS
	17 4 18	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、蒟蒻	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS
火	17	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、蒟蒻 ごぼう、味噌、だし 味噌汁 大根、玉葱	イワシ、梅干し、酒、酱油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも
	17 4 18	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、蒟蒻 ごぼう、味噌、だし 味噌汁 大根、玉葱 小松菜	イワシ、梅干し、酒、酱油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS みからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも
火	17 4 18	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん	しめじ、人参 玉葱、わかめ 塩、醬油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、蒟蒻 ごぼう、味噌、だし 味噌汁 大根、玉葱 小松菜 味噌、だし	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 カかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS かからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも
火	17 4 18	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米	しめじ、人参 玉葱 たかかだし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、だし 味噌汁 大根、玉葱 小松菜 味噌、だし 味噌汁	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 カかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、酱油、片栗粉	Tひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醤油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醤油 ロースト南瓜・人参S さつまりもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS かからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも
火水	17 4 18 5 19	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん	しめじ、人参 玉葱 たわかめ 塩、醤油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、蒟蒻 ごぼう、味噌汁 大根、玉葱 小噌 味噌汁 厚揚げ、切干大根	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 カかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉	Tひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS かからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも
火	17 4 18 5 19	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米	しめじ、人参 玉葱 された ため 塩、 ちかだし 豚汁 豚肉、長 水 で で で で で で で で で で で で で で で で で で	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉	Tひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醤油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醤油 ロースト南瓜・人参S さつまりもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS かからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも
火水	17 4 18 5 19	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米	しめじ、人参 玉葱 たわかめ 塩、醤油、だし 豚汁 豚肉、人参、大根 里芋、長ねぎ、蒟蒻 ごぼう、味噌汁 大根、玉葱 小噌 味噌汁 厚揚げ、切干大根	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、人参 白ごま、塩、酱油、ごま油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMじゃかいも
火水水	17 4 18 5 19	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 五分米、黒米 ごはん 五分米、黒米	しめに、人参 玉葱 に、わかがし 豚汁 豚肉、長 水 大根 里芋、う、味噌汁 大根、松 だ に、 な で は で は で は で で は で で で で で で で で で で	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、牛乳、バター	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、人参 白ごま、塩、醬油、ごま油 こつまいも煮・人参S	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩	自米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMじゃかいも AMかぼちゃ
火水水	17 4 18 5 19	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米、黒米 ごはん 五分米、	しめに、人参 玉葱 海油、だし 豚汁 豚肉、長ねぎ、大根 里芋、大味噌、だし 味噌汁 大根、松菜 味噌 玉葱 小水噌、だし 味噌汁 「場が、あまたし 味噌汁 「場参、噌・ 「味噌」「います。 「味噌」「います。 「は、またり」「味噌」「は、またり」「味噌」「は、またり」「味噌」「は、またり」」「は、またり」「は、またり」「は、またり」」「は、またり」「は、またり」「は、またり」」「は、またり」」「は、またり」「は、またり」」」「は、またり」」「は、またり」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」」」「は、またり」」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」「は、またり」」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり」」」「は、またり。」」「は、またり。」」」「は、またり。」」」「は、またり。」」」「は、またり。」」」」「は、またり。」」」」「は、またり。」」」」「は、またり。」」」」」「は、またり。」」」」」」」「は、またり。」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」」	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンパーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラダン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、牛乳、バター 7日鮭フライ	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、人参 白ごま、塩、醬油、ごま油 さつまいも煮・人参S 白和え	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醤油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醤油、味噌 人参S 塩おにぎい 白米、海苔、塩	自米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMじゃかいも AMかぼちゃ 7・21AMさつまいも 21日ココアケーキ
火水	17 4 18 5 19 6	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 五分米、黒米 ごはん 五分米、黒米	しめた。 ・ 大参 ・ 大を ・ 、 ・ 大を ・ 、 、 ・ 、 、 ・ 、 、 ・ 、 、 ・ 、 ・ 、 、 ・ 、 ・	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラなン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、牛乳、バター 7日鮭フライ サケ、小麦粉、パン粉、油	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、人参 白ごま、塩、醬油、ごま油 さつまいも煮・人参S 白和え 豆腐、人参、干椎茸、蒟蒻	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醤油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醤油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩	自来、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMひゃかいも AMかぼちゃ 7・21 AMさつまいも 21日ココアケーキ 小麦粉、バター、BP
火水木	17 4 18 5 19 6	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米、黒米 ごはん 五分米、	しい、力がだし ・ 大根 を で で で で で で で で で で で で で で で で で で	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 カかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、酱油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、牛乳、バター 7日鮭フライ サケ、小麦粉、パン粉、油 21日エピフライ	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、酱油 ごぼうS みからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、塩 、味噌 人参S 塩おにぎい 白米、海苔、塩 オ根S 7日ケッキー 小麦粉、バター、BP 砂糖、牛乳	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMひゃかいも AMかぼちゃ 7・21AMさつまいも 21日ココアケーキ 小麦粉、バター、BP ココア、砂糖、牛乳
火水木	17 4 18 5 19 6 20	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米、黒米 ごはん 五分米 五分米	し、わかだ ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大き ・ 大根 ・ 大 ・ 大 ・ 大 ・ 大 ・ 大 ・ 大 ・ 大 ・ 大	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、牛乳、バター フロ鮭フライ サケ、小麦粉、パン粉、油 21日エビフライ エビ、小麦粉、パン粉、油	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS 赤からスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩 大根S 7日ケッキー 小麦粉、バター、BP 砂糖、牛乳 人参S	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMひゃかいも AMかいぼちゃ 7・21AMさつまいも 21日ココアケーキ 小麦粉、バター、BP ココア、砂糖、牛乳 果物
火水木金	17 4 18 5 19 6 20	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米、黒米 ごはん 五分米 ごはん 五分米	し、わかだ ・ 大根 ・ 大 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大き ・ 大根 ・ 大き ・ 大根 ・ 大き ・ 大	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、ドカカカ パン粉、油 21日エビフライ エビ、小麦粉、パン粉、油 鶏肉漬け焼き	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 スロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、ごま油 さつまいも煮・人参S 白和え 豆腐、人参、干椎茸、蒟蒻 小松菜、ごま、砂糖、味噌 煮豆・大根S 和え物	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS 赤からスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩 大根S 1日ケッキー 小麦粉、バター、BP 砂糖、牛乳 人参S ゆかりおにぎり	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMひゃかいも AMかぼちゃ 7・21AMさつまいも 21日ココアケーキ 小麦粉、バター、BP ココア、砂糖、牛乳
火水木	17 4 18 5 19 6 20 7 21	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米、黒米 ごはん 五分米 五分米	し、わかだ ・	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーゲ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日ゲラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、ドター 7日鮭フライ サケ、小麦粉、パン粉、油 21日エビフライ エビ、小麦粉、パン粉、油 鶏肉漬け焼き	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 フロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、人参 白ごま、塩、醬油、ごま油 さつまいも煮・人参S 白和え 豆腐、人参、干椎茸、蒟蒻 小松菜、ごま、砂糖、味噌 煮豆・大根S 和え物 小松菜、もやし、人参	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS おからスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩 大根S 7日ケッキー 小麦粉、バター、BP 砂糖、牛乳 人参S ゆかいおにぎり 五分米	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMひゃかいも AMかぼちゃ 7・21AMさつまいも 21日ココアケーキ 小麦粉、バター、BP ココア、砂糖、牛乳 果物
火水木金	17 4 18 5 19 6 20 7 21	五分米、もち米 大豆、ちりめん、塩 17日ごはん ごはん 五分米 ごはん 五分米、黒米 ごはん 五分米 ごはん 五分米	し、わかだ ・ 大根 ・ 大 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大根 ・ 大き ・ 大根 ・ 大き ・ 大根 ・ 大き ・ 大	イワシ、梅干し、酒、醬油 17日鯖の塩焼き サバ、塩 わかさぎ唐揚げ ワカサギ にんにく、生姜 酒、醬油、片栗粉、揚げ油 肉豆腐 豚肉、豆腐、玉葱、長ねぎ 人参、椎茸、えのき茸、鶏レバー砂糖、塩、醬油、片栗粉 6日ハンバーグ 豚挽肉、玉葱、パン粉 20日グラタン 鶏肉、玉葱、じゃが芋 小麦粉、ドカカカ パン粉、油 21日エビフライ エビ、小麦粉、パン粉、油 鶏肉漬け焼き	干ひじき、干椎茸、人参 小松菜、厚揚げ、砂糖、醬油 人参煮・大根S ちりめん和え ほうれん草、もやし 人参、ちりめん、醬油 ロースト南瓜・人参S さつまいもサラダ さつま芋、胡瓜、人参 砂糖、塩、酢、油 スロッコリー・大根S 白ごまサラダ キャベツ、小松菜、ごま油 さつまいも煮・人参S 白和え 豆腐、人参、干椎茸、蒟蒻 小松菜、ごま、砂糖、味噌 煮豆・大根S 和え物	白米、干瓢、胡瓜 人参、砂糖、酢、醬油 ごぼうS 赤からスコーン おから、小麦粉、バター BP、砂糖、牛乳 ごぼうS 五平餅 白米、もち米 砂糖、醬油、味噌 人参S 塩おにぎり 白米、海苔、塩 大根S 1日ケッキー 小麦粉、バター、BP 砂糖、牛乳 人参S ゆかりおにぎり	白米、玉葱、人参 コーン、バター、塩 ごぼうS AMさつまいも AMひゃかいも AMかいぼちゃ 7・21AMさつまいも 21日ココアケーキ 小麦粉、バター、BP ココア、砂糖、牛乳 果物

【献立は材料の都合により変更する事がありますので、 毎日のサンプルを見てください】

2月3日は節分の日の会!

午前のおやつは煮干し、さつま芋、南瓜、じゃが芋 胡瓜、プルーン雑穀菓子を使用予定です





炒った大豆が香ばしいやこめごはん イワシをまるごと圧力鍋で骨まで柔らかく梅煮 おやつには太巻きを食べます!

