



# 令和4年 2月 献立表



勾金保育所

日 曜	献立名	おやつ	主な材料
1 火	魚のホイル焼き 切昆布煮 油揚げのみそ汁	かきもち 牛乳	カレイ 人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ えのき しめじ 切昆布 ごぼう ちくわ 大豆 油揚げ 小ネギ 果物 かきもち 牛乳
2 水	鶏のチリソース マカロニサラダ 中華スープ	ぶどうゼリー 牛乳	鶏肉 長ネギ マカロニ シーチキン 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ えのき 小ネギ 果物 ぶどうゼリー 牛乳
3 木	鬼ハンバーグ ポテトサラダ 煮物 コンソメスープ	鬼のカップケーキ 牛乳	合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 パン粉 卵 じゃが芋 きゅうり シーチキン コーン 果物 ホットケーキミックス 牛乳
4 金	魚のアンGRES 金時豆煮 おかか和え すまし汁	黄粉おはぎ 牛乳	赤魚 トマト 金時豆 人参 ほうれん草 ちくわ 卵 かつおぶし 玉ねぎ 小ネギ 果物 もち米 黄粉 牛乳
5 土	親子丼 漬物 牛乳	果物 お菓子	鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 えのき 小ネギ たくわん 牛乳 果物 お菓子
7 月	冬野菜カレー サラダ	手作りラスク 牛乳	豚肉 大根 人参 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ きゅうり シーチキン トマト 果物 食パン 牛乳
8 火	魚の竜田揚げ 和え物 味のり コーンスープ	みたらし団子 牛乳	赤魚 片栗粉 しょうが キャベツ 人参 卵 かにかま きゅうり 味のり コーンスープ 果物 団子粉 白玉粉 牛乳
9 水	松風焼き 拌三絲 大根のすまし汁	マカロニ黄粉 牛乳	鶏ミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン 卵 ごま 春雨 きゅうり しいたけ 大根 小ネギ 果物 マカロニ 黄粉 牛乳
10 木	キムチご飯 唐揚げ サラダ 豆腐のみそ汁	ポテトもち 牛乳	豚肉 キムチ たくあん 鶏肉 しょうが 片栗粉 スパゲッティ 人参 きゅうり シーチキン 豆腐 玉ねぎ 小ネギ 果物 じゃが芋 バター 牛乳
11 金	建 国 記 念 日		
12 土	焼きそば ウィンナー 牛乳	果物 お菓子	豚肉 もやし 人参 ピーマン 玉ねぎ ウィンナー 牛乳 果物 お菓子
14 月	団子汁 焼魚(鯖)	ソフールヨーグルト お菓子	鶏肉 団子粉 人参 玉ねぎ ごぼう 豆腐 白菜 こんにやく 小ネギ 鯖 ヨーグルト お菓子
15 火	〈クッキング保育〉肉じゃが ちくわの磯部揚げ 和風スープ	手作りクッキー 牛乳	牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ 糸こんにやく ちくわ 青のり 天ぷら粉 えのき 小ネギ 果物 小麦粉 バター 牛乳
16 水	ポークピカタ 酢の物 トマトスープ	ジャムサンド 牛乳	豚肉 卵 春雨 きゅうり 人参 もやし ちくわ トマト 玉ねぎ キャベツ 果物 食パン いちごジャム 牛乳
17 木	魚のミンチ揚げ えのきのみそ汁 大根のそぼろあんかけ	お好み焼き 牛乳	魚のミンチ 人参 玉ねぎ ごぼう ピーマン 卵 豆腐 ひじき 小麦粉 えのき 小ネギ 大根 豚ミンチ 果物 キャベツ ベーコン お好み焼き粉 牛乳
18 金	野菜ちゃんぽん 鶏肝煮	わんぱくもち 牛乳	豚肉 えび いか キャベツ 人参 玉ねぎ コーン うずらの卵 小松菜 かまぼこ 鶏肝 しょうが 果物 米 チーズ ちりめん 牛乳
19 土	二色おにぎり ウィンナー 野菜のみそ汁 漬物 牛乳	果物 お菓子	米 鮭 わかめ ウィンナー 玉ねぎ 人参 豆腐 たくあん 牛乳 果物 お菓子
21 月	シチュー 焼魚(鮭)	りんごゼリー 牛乳	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ 白菜 鮭 果物 りんごゼリー 牛乳
22 火	おでん みそマヨ和え 味のり	海鮮チヂミ 牛乳	手羽元 大根 こんにやく 人参 卵 厚揚げ かまぼこ ほうれん草 きゅうり ちくわ 味のり 果物 えび ニラ 小麦粉 牛乳
23 水	天 皇 誕 生 日		
24 木	春巻き ひじき煮 トマト おふのすまし汁	蒸しパン 牛乳	豚肉 玉ねぎ 人参 たけのこ きくらげ なら ひじき 油揚げ ごぼう トマト 高野豆腐 かまぼこ 小ネギ おふ 果物 蒸しパンミックス チョコチップ 牛乳
25 金	〈誕生会〉エビフライ スパサラ 煮物 フライドポテト 野菜スープ	ケーキ 牛乳	えび パン粉 小麦粉 卵 スパゲッティ 人参 きゅうり シーチキン フライドポテト 玉ねぎ キャベツ 果物 ケーキ 牛乳
26 土	わかめうどん きんぴら 牛乳	果物 お菓子	麺 わかめ 小ネギ かまぼこ ごぼう 人参 牛乳 果物 お菓子
28 月	麻婆豆腐 焼魚(鯖)	カップdeヤクルト お菓子	豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ なら 鯖 果物 ヨーグルト お菓子

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。

※ご飯がいらぬ日には日付と曜日を■で塗っています。

※パスタ、カレー類のメニューの時にはスプーン、フォークを持たせてください。

※手作りおやつは赤文字にしています。