

2月献立予定表

みそらこども園

日/曜	昼食	未満児おやつ		主な材料名(昼食・3時おやつ)			
		3時おやつ(☆は手作り)		熱とカになるもの	魚や肉や卵になるもの	味の調子を整えるもの	調味料
01 (火)	チャンポン ★千切大根のさっぱりサラダ シュウマイ チーズ	牛乳 ヤクルト ☆いちごサンド	中華めん、食パン、マヨネーズ、砂糖、油	豚肉、生クリーム、えび、ハム、さつま揚げ、かまぼこ、脱脂粉乳、ヨーグルト	ほんかん、キャベツ、たまねぎ、もやし、いちご、きゅうり、にんじん、千切りだいこん、中ねぎ	ちゃんぽんスープ、しょうゆ、酢、塩、こしょう	
02 (水)	麦ごはん イチゼリー チキンソテー トマトソース マロニーの酢の物 またけのみそ汁	リンゴジュース 牛乳 ☆かりんとうまんじゅう	米、小麦粉、黒砂糖、押麦、砂糖、マロニー、油	牛乳、鶏肉、こしあねぎ、味噌、油揚げ、煮干し、ごま	イチゼリー、たまねぎ、きゅうり、トマト、またけ、にんじん、アガー、ねぎ	酢、しょうゆ、コンソメ、おろしにんにく、こしょう、塩	
03 (木)	雑穀ごはん ★鮭のフライ タルタルソース 青菜の納豆和え ★大豆のポタージュ	ぶどうジュース 牛乳 ★クリームチーズマフィン	米、小麦粉、じゃがいも、パン粉、グラニュー糖、ざつこ、マヨネーズ、油、砂糖	牛乳、鮭、だいず水、煮パック、卵、納豆、脱脂粉乳、クリームチーズ、牛乳、バター	たまねぎ、マンゴー、ほうれんそう、ごま、いちご、ジャム、にんじん、アガー	コンソメ、しょうゆ、塩、パセリ粉、こしょう	
04 (金)	ごはん ★マカロニグラタン ひじきと糸こんにゃくのサラダ ワカメスープ	オレンジジュース 牛乳 ☆ごまだれ団子	米、こんにゃく、だんご粉、砂糖、もち米、小麦粉、マカロニ、白玉粉、片栗粉、ごま油、油	牛乳、鶏肉、豆腐、チーズ、ハム、バター、脱脂粉乳、すりごま(黒)	バナナ、たまねぎ、にんじん、しめじ、わかめ、トウモロコシ、小ねぎ、芽ひじき	酢、しょうゆ、コンソメ	
05 (土)	麦ごはん カレー粉いりこ 豚肉と厚揚げのみそ炒め フルーツゼリー ★卵サラダ おふのすまし汁	牛乳 N1ヨーグルト	米、こんにゃく、マヨネーズ、押麦、グラニュー糖、ふ、油、マーガリン、砂糖、片栗粉	豚肉、卵、厚揚げ、ハム、いりこ、脱脂粉乳、煮干し、花かつお、みそ	たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、もも、みかん、バナナ、小ねぎ、アガー	しょうゆ、みりん、酒、おろしにんにく、おろししょうが、カレー粉、塩、こしょう	
07 (月)	麦ごはん 手羽元のオレンジ煮 ★ごぼうサラダ はんぺんのすまし汁	牛乳 ヤクルト ☆ザッハトルテ	米、砂糖、グラニュー糖、押麦、マヨネーズ、はちみつ、小麦粉	鶏肉、卵、はんぺん、バター、いりこ、生クリーム、煮干し、脱脂粉乳、花かつお、アーモンドアイ、ごま	アセロラジュース、オレンジジュース、ごぼう、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン、アガー、わかめ	しょうゆ、酒、みりん、こしょう	
08 (火)	ゆかりごはん ポークジンジャー 春菊の白あえ ★かぼちゃスープ	野菜ジュース 牛乳 混ぜ込みおにぎり	米、押麦、しらたき、砂糖	牛乳、豚肉、豆腐、脱脂粉乳、油揚げ、みそ、ごま	りんご、かぼちゃ、たまねぎ、笹がきごぼう、にんじん、しゆんぎく、しいたけ、ひじき	しょうゆ、酒、みりん、コンソメ、おろしにんにく、おろししょうが、パセリ粉、こしょう	
09 (水)	牛すきうどん キャベツとコーンのサラダ レバーのケチャップ煮 カルピスゼリー	オレンジジュース 牛乳 ★元気もりもりパン	うどん、小麦粉、砂糖、油、こんにゃく	牛乳、鶏レバー、牛肉、カルピス、かまぼこ、煮干し、バター、脱脂粉乳、花かつお、卵	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、ほうれんそう、コーン、にんじん、長ねぎ、アガー	ケチャップ、酢、みりん、しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが、塩、ドライイースト、こしょう	
10 (木)	ごはん 魚の昆布チーズ焼き 春雨とさきみの酢の物 里芋のみそ汁	スポン 牛乳 ★スキムわらびもち	米、さといも、わらび餅粉、黒砂糖、砂糖、はるさめ	自身魚、牛乳、味噌、チーズ、脱脂粉乳、鶏ささみ、油揚げ、煮干し、きな粉、ごま	野菜ジュース、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ごま、アガー、塩こんぶ	酢、しょうゆ、みりん、おろしにんにく	
12 (土)	麦ごはん 鶏ももチャプチェ 青菜と高野豆腐の煮つけ かぶのスープ	牛乳 N1ヨーグルト	米、押麦、はるさめ、砂糖、ごま油	鶏肉、油揚げ、凍り豆腐、花かつお、いりこ	キウイフルーツ、たまねぎ、かぶ、ほうれんそう、ごま、しめじ、にんじん、にら、バナナ	酒、しょうゆ、トウバンジャン、おろしにんにく、おろししょうが、パセリ粉	
14 (月)	ごはん おでん ★さつま芋サラダ たこやき	ぶどうジュース 牛乳 ☆ドーナツ	米、たこやき、さつまいも、こんにゃく、小麦粉、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、鶏肉、厚揚げ、かんもどき、卵、ハム、脱脂粉乳、花かつお	りんごジュース、だいこん、きゅうり、コーン、にんじん、アガー、こんぶ、あおのり	しょうゆ、酒、みりん、たこやきソース、塩、こしょう	
15 (火)	麦ごはん 豆腐のまさご揚げ きゅうりのごま和え 卵スープ	牛乳 ☆カルピスフルーツポンチ	米、押麦、油、砂糖	絞豆腐、カルピス、卵、鶏ひき肉、えび、しらす干し、ごま、かつおパック	バナナ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、もも、バナナ、みかん、えのきたけ、りんご、もやし、チンゲンサイ	みりん、しょうゆ、酒	
16 (水)	ごはん ガリバタチキン 人参しりり ★キャベツのミルクスープ	緑黄色野菜ジュース 牛乳 ☆おいもまんじゅう	米、さつまいも、小麦粉、砂糖、グラニュー糖、はちみつ、ごま油	牛乳、鶏肉、低脂肪、卵、ベーコン、ツナ缶、卵黄、バター、ごま	りんごジュース、たまねぎ、キャベツ、にんじん、マンゴージュース、もやし、コーン、にら、アガー	濃口しょうゆ、コンソメ、酒、みりん、みりん、おろしにんにく、こしょう	

★はスキムミルクを使用しています。


■は新メニューです。

・ご飯に押し麦を使用しています。

園で使用しているお米は「大分県産米」です。

日/曜	昼食	未満児おやつ		主な材料名(昼食・3時おやつ)				
		3時おやつ(☆は手作り)		熱とカになるもの	魚や肉や卵になるもの	味の調子を整えるもの	調味料	
17 (木)	もち麦ごはん 魚の韓国風煮 ブロッコリーとウインナーの炒め物 ★きのこのミルクスープ	牛乳 ヤクルト ★練乳ミルクパン	米、小麦粉、押麦、砂糖、粉糖、油	牛乳、さば、ウインナー、脱脂粉乳、コンデンスミルク、バター、卵	みかん、たまねぎ、ブロッコリー、しめじ、えのきたけ、にんじん、チンゲンサイ、ピーマン、パプリカ、しょうが	酒、みりん、コンソメ、しょうゆ、ソース、ドライイースト、コチュジャン、塩、こしょう		
18 (金)	麻婆あんかけラーメン ★マセドアンサラダ レバーの香味煮 メロンゼリー	リンゴジュース 牛乳 ★パセリスコーン	中華めん、小麦粉、マヨネーズ、砂糖、マカロニ、片栗粉、ごま油、油	牛乳、鶏レバー、豚ひき肉、牛ひき肉、低脂肪、バター、脱脂粉乳、卵、なるど、チーズ、ハム、ハチ味噌	メロンジュース、もやし、たまねぎ、きゅうり、コーン、ピーマン、にんじん、アガー	だし汁、ラーメンスープ、酒、おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ、塩、パセリ粉、トウバンジャン		
19 (土)	麦ごはん 牛肉とごぼうのおかか煮 じゃが芋サラダ 春雨スープ	牛乳 N1ヨーグルト	米、じゃがいも、こんにゃく、押麦、グラニュー糖、はるさめ、砂糖、油	牛肉、鶏ささみ、ごま、かつおパック	パイナップル、きゅうり、ごぼう、たまねぎ、れんこん、にんじん、アガー、わかめ、のり	酢、酒、みりん、中華スープ、しょうゆ		
21 (月)	麦ごはん 鶏肉と根菜の甘酢炒め わかめとじゃこのナムル コンソメスープ	スポン 牛乳 ★さくさくクッキー	米、小麦粉、さつまいも、グラニュー糖、押麦、砂糖、片栗粉、ごま油、油	牛乳、鶏肉、卵、バター、しらす干し、脱脂粉乳、ごま	ぶどうジュース、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、れんこん、アガー、わかめ、みつば、しいたけ	酢、コンソメ、パセリ粉、しょうゆ、だし汁		
22 (火)	赤飯 魚の幽庵焼き 炒り煮こんにゃく 豆腐とほうれん草のスープ	オレンジジュース 牛乳 ☆ぐるぐるきな粉パイ	米、もち米、こんにゃく、グラニュー糖、砂糖、油	牛乳、たら、豆腐、小豆、さつま揚げ、ミックスナッツ、きな粉	キウイフルーツ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、いんげん、ゆず、バナナ	酒、しょうゆ、コンソメ、みりん、塩		
24 (木)	★ミートスパゲティ きゅうりとツナのごまマヨサラダ ポトフ いりこ	牛乳 ジョア ☆ココア蒸しパン	スパゲティ、小麦粉、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ、オリブ油、油	ジョア、牛ひき肉、豚ひき肉、牛乳、卵、ツナ缶、ウインナー、バター、脱脂粉乳、チーズ、ごま、いりこ	野菜ジュース、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、もやし、アガー	ケチャップ、コンソメ、ソース、しょうゆ、パセリ粉		
25 (金)	 ハッピーランチデー		 緑黄色野菜ジュース プリン					
26 (土)	ごはん 牛肉と白菜の中華炒め えのきの酢の物 呉汁	牛乳 N1ヨーグルト	米、こんにゃく、油、砂糖、ごま油	牛肉、味噌、だいず、いりこ、煮干し、ごま	みかん、たまねぎ、はくさい、えのきたけ、きゅうり、にんじん、だいこん、ごぼう、小ねぎ、わかめ、あおのり	酒、酢、しょうゆ、おろししょうが		
28 (月)	雑穀ごはん がめ煮 コーンサラダ 千草焼き	ぶどうジュース 牛乳 ★アーモンドパン	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、ざつこ、こんにゃく、油、グラニュー糖、小麦粉	鶏肉、卵、牛乳、しらす干し、バター、アーモンド、脱脂粉乳	野菜ジュース、にんじん、たまねぎ、きゅうり、ごぼう、れんこん、コーン、レタス、キャベツ、アガー、しょうが	酢、しょうゆ、みりん、ドライイースト、塩、和風だし、コンソメ、こしょう		

まんまる一おより
今月はお弁当の日はありません。



えんにたべものを はこんでくれる おみせのひと



おにくのちよやさん
さかなやのこぼやしさん
やおやのせいきょうさん
さゆうやのひのさん
たまごやのもりやまさん
せいめんのこうのうさん
こめやのしげまつさん