

2月 献立表



月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		(午前おやつ) (献立)	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース
			肉巻きフライ 小松菜のツナ和え 豆腐の味噌汁 フルーツ	せんべい汁 いわしハンバーグ 枝豆サラダ トマト フルーツ	豚玉丼 ほうれん草のたらこ和え かぶの味噌汁 フルーツ
		(主な食材)	豚肉 ごぼう ねぎ のり 小松菜 ツナ 人参 きゅうり 豆腐 わかめ 油揚げ	鶏肉 ごぼう 人参 白菜 こんにやく いわし 豆腐 枝豆 きゅうり レタス	豚肉 卵 しめじ 三つ葉 ほうれん草 きゅうり たらこ かぶ 豆腐 わかめ
		(午後おやつ)	おせんべい 牛乳	豆しどき ジュース	かりんとう 牛乳
5	6	7	8	9	10
りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース
煮干しラーメン 里芋のチーズ焼き しそ昆布 フルーツ	鶏肉ときのこのフリカッセ いかと大根の煮物 おくら味噌汁 フルーツ	メンチカツ トマト しらす炒め じゃがいもの味噌汁 フルーツ	ホッケの煮付け ほうれん草の納豆和え もやしのチーズ炒め さつまいもの味噌汁 フルーツ	寄せ鍋風 レンコンのゴママヨ和え 長芋の味噌汁 フルーツ	チキンカレー ピーマンの炒め物 チーズ フルーツ
チャーシュー メンマ ねぎ ほうれん草 里芋 いんげん しめじ しそ昆布	鶏肉 しめじ エリンギ いか 大根 人参 おくら 卵	ひき肉 玉ねぎ トマト しらす干し チンゲン菜 人参 じゃがいも 豆腐 キャベツ	ホッケ ほうれん草 納豆 もやし ベーコン ピーマン 人参 さつまいも 豆腐	豚肉 しめじ 白菜 油揚げ レンコン ごぼう 人参 長芋 キャベツ 豆腐	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし しめじ キャベツ チーズ
ラスク 牛乳	きな粉トースト 牛乳	ロールケーキ 牛乳	パン 牛乳	ドーナツ 牛乳	ブルーチェ 野菜ジュース
12	13	14	15	16	17
	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース
振替休日	カルボナーラ きのこのソテー キャベツの味噌汁 フルーツ	ミックスフライ 小松菜のサラダ さもだし汁 フルーツ	チンジャオロース 切干大根のサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	いが蒸し トマト ほうれん草のしらす和え しいたけの味噌汁 フルーツ	豚丼 たこきゅうり和え 白菜の味噌汁 フルーツ
	ベーコン マッシュルーム 玉ねぎ しめじ エリンギ ブロッコリー キャベツ 豆腐 油揚げ	えび ちくわ ベーコン アスパラ 小松菜 きゅうり ひじき 人参 さもだし 豆腐 わかめ	豚肉 ピーマン たけのこ 切干大根 ツナ のり 玉ねぎ しいたけ 豆腐	ひき肉 玉ねぎ トマト ほうれん草 しらす干し 人参 しいたけ 豆腐 わかめ	豚肉 ごぼう 玉ねぎ 卵 高野豆腐 たこ きゅうり 白菜 油揚げ 豆腐
	クレープ 牛乳	ゼリー 牛乳	パン 牛乳	おいなり 牛乳	シフォンケーキ 牛乳
19	20	21	22	23	24
ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース		りんごジュース
けんちんうどん カニと大根のサラダ 小女子の佃煮 フルーツ	たらきのきこあん ごぼうサラダ チンゲン菜の味噌汁 フルーツ	ポトフ きゅうりのたらこ和え えのきの味噌汁 フルーツ	のり巻き フライドチキン ポテト たこさんウインナー サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ	天皇誕生日	シーフードシチュー きゅうりの酢味噌和え チーズ フルーツ
鶏肉 ねぎ 人参 油揚げ カニ 大根 きゅうり レタス 小女子の佃煮	たら しめじ しいたけ ごぼう 人参 きゅうり ハム チンゲン菜 油揚げ 豆腐	ウインナー じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり たらこ えのき 豆腐 わかめ	鶏手羽元 じゃがいも 人参 ウインナー レタス きゅうり トマト 大根 しいたけ		シーフード じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり キャベツ もやし カニカマ
ベルギーワッフル 牛乳	パインケーキ 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳		ホットドッグ スポン
26	27	28	29		
野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース		
きつねそば もやしのカルボナーラ 煮豆 フルーツ	鶏肉の梅焼き トマト 里芋のソテー ほうれん草の味噌汁 フルーツ	がんもどき 焼きビーフン 板心の味噌汁 フルーツ	さばの味噌焼き ブロッコリー ポテトサラダ 玉子豆腐スープ フルーツ		アレルギーの子に ついては代替食で 対応しています。 例。 卵→タンパク質を含む 肉や魚など 種類→春雨やビーフン などの類似品
鶏肉 油揚げ ほうれん草 もやし ベーコン 人参 ピーマン 玉ねぎ 煮豆	鶏肉 トマト 里芋 人参 玉ねぎ ウインナー しめじ ほうれん草 油揚げ 豆腐	豆腐 ひじき ごぼう いんげん えび キャベツ 人参 玉ねぎ 板ふ 豆腐 わかめ	さば ブロッコリー 人参 じゃがいも ハム きゅうり 玉子豆腐 三つ葉	ひよこ・ちゅうりつぷ たんぼぼ組は 午前のおやつに ジュースが出ます。	
パウンドケーキ 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	スティックメロンパン 牛乳		