



【今年度、初めて出る食材】

- ・いよかん（17日）
- ・清見オレンジ（27日）

●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください  
●申し出がない場合は、献立通りの提供になります

・2日は、節分の行事食です。

・9日は、多文化おやつです。「トウロン(フィリピン)」

・24日は、誕生日会食です。  
※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズ、ウィンナーはアレルギー不使用のものを使用します。

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	チキンカレーライス もやしサラダ りんご	コーンマヨトースト 牛乳	米、じゃが芋 油、小麦粉、さとう 食パン エッグケアマヨネーズ	鶏小間肉 牛乳	にんじん、玉ねぎ、もやし きゅうり、りんご、パセリ コーン	カレー粉、コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩、酢 醤油
2	木	赤鬼ごはん つくね金棒 大豆甘辛炒め けんちん汁 ぼんかん	鬼ドーナツ 牛乳	米、さとう、片栗粉 ごま、油、里芋 ホットケーキミックス	木綿豆腐、鶏ひき肉 大豆水煮、しらす 豆乳、生クリーム 牛乳	にんじん、ごぼう、玉ねぎ 大根、ねぎ、ぼんかん いちご	塩、醤油、カレー粉 みりん、料理酒、酢 出汁
3	金	ごはん 焼肉 白菜のおひたし 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) りんご	米粉の石垣まんじゅう 牛乳	米、油、さとう、ごま油 片栗粉、米粉 さつまいも、白ごま	豚小間肉、 花鰹、白味噌 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ しょうが、白菜、ほうれん草 にんじん、わかめ、りんご	醤油、みりん、 出汁、塩
4	土	ごはん 厚揚げの味噌炒め じゃがいものそぼろ煮 わかめスープ りんご	おかかおにぎり 牛乳	米、油、さとう じゃが芋、片栗粉 ごま	厚揚げ、豚小間肉 白味噌、鶏ひき肉 花鰹 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン グリーンピース、わかめ、ねぎ りんご	醤油、出汁、中華だし 塩
5	日						
6	月	味噌ラーメン 青のりポテトビーンズ ぼんかん	焼きおにぎり 牛乳	焼きそば麺、じゃが芋 片栗粉、油、米、ごま	豚小間肉、白味噌 大豆水煮、ちりめん 牛乳	にんじん、玉ねぎ、もやし コーン、キャベツ、青のり ぼんかん	鶏がらだし、 塩、醤油、みりん
7	火	ごはん 炒り鶏 シルバーサラダ 味噌汁(なめこ・玉ねぎ) りんご	ココアパン 牛乳	米、油、さとう 春雨、エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	鶏小間肉 白味噌 絹ごし豆腐、豆乳 牛乳	大根、ごぼう、こんにゃく にんじん、いんげん、きゅうり コーン、なめこ、玉ねぎ りんご	料理酒、みりん 醤油、出汁、塩 ココア
8	水	ジャムパン 豆腐のキッシュ キャベツとわかめのサラダ コンソメスープ(にんじん・玉ねぎ) りんご	鮭茶漬け 牛乳	食パン、いちごジャム 油、米 あられ	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌、ピザ用チーズ 鮭フレーク 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ほうれん草 キャベツ、きゅうり、わかめ 刻み海苔	塩、酢、醤油 コンソメ、こしょう
9	木	ごはん ぶり大根 ブロッコリーとちくわのマヨ和え 味噌汁(里芋・油揚げ) いちご	トウロン(フィリピン) 牛乳	米、さとう エッグケアマヨネーズ 里芋、油 しゅうまいの皮	ぶり、ちくわ 花鰹、油揚げ、白味噌 牛乳	大根、ブロッコリー、いちご バナナ	出汁、料理酒 醤油
10	金	ごはん 根菜ハンバーグ ひじきの胡麻和え 味噌汁(豆腐・ねぎ) ぼんかん	さつま芋かりんとう 牛乳	米、パン粉、油 さとう、片栗粉 ごま、さつま芋 黒砂糖	鶏ひき肉 木綿豆腐、白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ごぼう れんこん、もやし、ひじき ほうれん草、ねぎ、ぼんかん	塩、出汁、醤油 みりん
11	土	建国記念日					
12	日						
13	月	ごはん 鶏肉の磯辺焼き れんこんきんぴら 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) りんご	あんかけスパゲッティー 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま スパゲッティー	鶏もも肉 白味噌 ウィンナー 牛乳	青のり、れんこん、にんじん いんげん、キャベツ、玉ねぎ りんご、 ピーマン、マッシュルーム コーン	塩、出汁、醤油 ケチャップ ウスターソース 鶏がらだし

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
14	火	ドライカレー わかめサラダ コンソメスープ(コーン・玉ねぎ) いちご	マーブルクッキー 牛乳	米、小麦粉、ごま油 さとう、油	豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん、パプリカ トマト缶、もやし、きゅうり コーン、いちご、わかめ	ウスターソース ケチャップ、カレー粉 コンソメ、塩、醤油 ココア
15	水	ごはん ムキガレイのマヨチーズ焼き 切干大根の炒めナムル 味噌汁(厚揚げ、玉ねぎ) ぼんかん	ポテトフライ 牛乳	米 エッグケアマヨネーズ ごま油、さとう、ごま じゃが芋、小麦粉 パン粉、油	ムキガレイ、ピザ用チーズ 豚小間肉、厚揚げ 白味噌 牛乳	切干大根、にんじん、にら 玉ねぎ、ぼんかん	塩、ウスターソース 醤油、出汁
16	木	ブルコギ丼 さつま芋の甘煮 春雨スープ りんご	ホットケーキ 牛乳	米、油、さとう ごま油、さつま芋 春雨 メープルシロップ ホットケーキミックス	豚小間肉、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、しめじ、にら、にんにく にんじん、りんご	料理酒、醤油、塩 コンソメ、みりん
17	金	ロールパン クリームシチュー ツナサラダ いよかん	ケチャップライス 牛乳	バターロール じゃが芋、油、小麦粉 米	鶏小間肉、豆乳 ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ブロックリー きゅうり、きゃべつ、いよかん グリーンピース	コンソメ、塩、酢 醤油、ケチャップ グリーンピース
18	土	ごはん 豆腐のつくね焼き スパゲティサラダ(マヨ) 味噌汁(麩・わかめ) りんご	コーンフレークおこし 牛乳	米、パン粉、油 さとう、スパゲティ エッグケアマヨネーズ 麩、コーンフレーク はちみつ	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ、きゅうり きゃべつ、わかめ、りんご	塩、醤油、みりん 出汁
19	日						
20	月	ごはん ささみのカレー揚げ ミックスベジタブルソテー 味噌汁(厚揚げ・ほうれん草) ぼんかん	ロールパンのラスク 牛乳	米、片栗粉、油 じゃが芋、ロールパン バター、さとう	ささみ 厚揚げ、白味噌 牛乳	いんげん、にんじん、コーン ほうれん草、ぼんかん	塩、カレー粉 コンソメ、出汁
21	火	ごはん 鰯の味噌焼き 小松菜の納豆和え 清汁(ちくわ・えのき) りんご	すいとん 牛乳	米、さとう、油 ごま油、小麦粉 片栗粉	あじ、白味噌 ちりめん、挽き割り納豆 ちくわ、豚小間肉 油揚げ 牛乳	小松菜、にんじん、えのき りんご、大根、ごぼう、ねぎ	料理酒、みりん 醤油、酢、出汁 塩
22	水	ジャムパン ミートボール(ケチャップ味) 茹で野菜 きのこの豆乳スープ いちご	骨太チャーハン 牛乳	食パン、いちごジャム 片栗粉、さとう エッグケアマヨネーズ 米、ごま、油	豚ひき肉 豆乳、しらす 牛乳	玉ねぎ、にんじん、きゅうり しめじ、エリンギ、パセリ いちご、ねぎ	ケチャップ ウスターソース 料理酒、醤油、塩 コンソメ
23	木	天皇誕生日					
24	金	鶏肉照り焼き丼 マカロニサラダ コンソメスープ(白菜・じゃが芋) いちご	ココアケーキ 牛乳	米、さとう、マカロニ エッグケアマヨネーズ じゃが芋 ホットケーキミックス コーンスターチ	鶏もも肉 豆乳 生クリーム 牛乳	しめじ、ねぎ、きゃべつ きゅうり、にんじん、白菜 玉ねぎ、いちご オレンジジュース	みりん、醤油 酢、ケチャップ、塩 コンソメ、こしょう ベーキングパウダー
25	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 春雨の中華サラダ 味噌汁(大根・高野豆腐) りんご	じゃが芋とコーンのおやき 牛乳	米、春雨、さとう ごま油、じゃが芋 小麦粉、片栗粉、油	鶏小間肉 高野豆腐、白味噌 牛乳	玉ねぎ、ピーマン きゅうり、にんじん、大根 りんご、コーン	料理酒、醤油 酢、出汁、ケチャップ
26	日						
27	月	ほうとううどん 鯖の塩焼き 大豆サラダ 清見オレンジ	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	うどん、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ 米、	豚小間肉、白味噌 鯖、大豆水煮 ちりめん、花鰹 牛乳	にんじん、白菜、ねぎ ごぼう、きゅうり、コーン 清見オレンジ、小松菜	出汁、醤油、みりん 塩
28	火	ごはん 揚レバーのカレーケチャップ和え きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) りんご	黒蜜トースト 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま、じゃが芋 食パン、バター 黒砂糖	豚レバー、 しらす、白味噌 牛乳	しょうが、にんにく きゅうり、わかめ、玉ねぎ りんご	醤油、料理酒 ケチャップ、中濃ソース カレー粉、酢、塩 出汁

