

# 2022年2月 献立表



# かんのん町保育園

## 【今年度、初めて出る食材】

- いよかん（17日）
- まいたけ（18日）
- 清見オレンジ（21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、

今月のくだものは  
「りんご・ぽんかん・いよかん・清見オレンジ・いちご」です。

- ・3日（木）は節分行事食です。
- ・21日（月）は多文化おやつです。
- ・22日（火）はお誕生日会です。

※納品の関係により、変更することがあります。

乳児の朝のおやつは  
毎日牛乳です

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	火	ハヤシライス もやしサラダ りんご	石垣まんじゅう 牛乳	米、油、小麦粉 さとう、さつまいも ごま	豚バラ肉 豆乳 牛乳	たまねぎ、人参、 マッシュルーム缶、トマト缶 もやし、きゅうり、りんご	料理酒、中濃ソース ケチャップ、しょう油、酢 コンソメ、塩 ベーキングパウダー
2	水	ごはん 松風焼き 白菜のおひたし わかめスープ りんご	焼そば 牛乳	米、さとう、パン粉 油、ごま、焼そば麺	木綿豆腐、鶏ひき肉 白味噌、花鰹 豚ひき肉 牛乳	ねぎ、にんじん、白菜 ほうれん草、わかめ りんご、もやし、玉ねぎ 青のり	塩、しょう油 鶏がら、中濃ソース
3	木	やこめごはん いわしハンバーグ / ブロッコリー スパゲティサラダ 清汁(花麩・小松菜) ぽんかん	節分ケーキ 牛乳	米、もち米、片栗粉 油、ごま油、さとう パン粉、スパゲティ エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	大豆水煮、しらす いわし、木綿豆腐 白味噌、花麩 豆乳、ホイップクリーム 牛乳	ひじき、にんじん、干しいたけ ねぎ、しょうが、ブロッコリー きゅうり、小松菜、ぽんかん いちご	塩、しょう油、みりん 出汁 ベーキングパウダー ココア
4	金	ロールパン クリームシチュー わかめサラダ りんご	まぜごはん 牛乳	バターロール、じゃが芋 油、小麦粉、ごま油 さとう、米	鶏小間肉 豆乳、ツナ缶 牛乳	にんじん、玉ねぎ、コーン もやし、きゅうり、わかめ りんご、しめじ	コンソメ、塩 しょう油、酢
5	土	ごはん 厚揚げの味噌炒め じゃがいものそぼろ煮 清汁(ちくわ・わかめ) りんご	ホットケーキ 牛乳	米、油、さとう じゃが芋、片栗粉 ホットケーキミックス	厚揚げ、豚小間肉 鶏ひき肉、ちくわ 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、ピーマン グリーンピース、わかめ りんご	しょう油、出汁 塩 メープルシロップ
6	日						
7	月	いちごジャムサンド ポークビーンズ コーンサラダ 豆乳スープ ぽんかん	鮭茶漬け 牛乳	食パン、油 さとう、米 いちごジャム せんべい	豚小間肉、大豆水煮 豆乳 鮭フレーク 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ピーマン トマト缶、キャベツ、きゅうり わかめ、コーン、ぽんかん 刻みのり	ケチャップ、ウスター ソース、酢、しょう油 コンソメ、塩 出汁
8	火	ごはん ブリ大根 きゅうりとささみのマヨ和え 味噌汁(里芋・油揚げ) りんご	ミートスパゲティ 牛乳	米、さとう エッグケアマヨネーズ 里芋、スパゲティ	ぶり、ささみ 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	大根、きゅうり、もやし りんご、玉ねぎ、にんじん パセリ	出汁、料理酒、しょう油 塩、ケチャップ コンソメ
9	水	ごはん チンジャオロース ひじきサラダ 春雨スープ りんご	フライドポテト 牛乳	米、ごま油 片栗粉、さとう 春雨、じゃがいも	豚小間肉 牛乳	ピーマン、にんじん、たけのこ ひじき、きゅうり、玉ねぎ、りんご パセリ	料理酒、しょう油 中華だし、塩 酢、コンソメ
10	木	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	コーンマヨトースト 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま 食パン エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉 白味噌 牛乳	青のり、れんこん、にんじん 絹さや、キャベツ、玉ねぎ りんご、コーン	塩、出汁 しょう油
11	金	<b>建国記念日</b>					
12	土	ごはん 焼肉 青菜のおひたし 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) りんご	マカロニきなこ 牛乳	米、油、さとう ごま油、片栗粉 マカロニ	豚小間肉 花鰹、白味噌 きな粉 牛乳	ピーマン、もやし、玉ねぎ しょうが、ほうれん草、にんじん きゅうり、わかめ、りんご	しょう油、みりん 出汁
13	日						
14	月	大豆のドライカレー ツナサラダ コンソメスープ ぽんかん	クッキー 牛乳	米、小麦粉 バター、油、さとう	豚ひき肉、大豆水煮 ツナ 牛乳	玉ねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、トマト缶 キャベツ、きゅうり、コーン ぽんかん	ウスターソース ケチャップ、カレー粉 コンソメ、塩、酢 しょう油、ココア

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	
15	火	ごはん レバーの竜田揚げ さつまいもの甘煮 清汁(玉ねぎ・小松菜) りんご	豆乳ラーメン 牛乳	米、片栗粉、油 さつまいも、さとう 焼そば麺	豚レバー 豚バラ肉、豆乳 白味噌 牛乳	小松菜、玉ねぎ、りんご ねぎ、コーン	しょう油、出汁、塩 料理酒、中華だし カレー粉
16	水	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーサラダ コンソメスープ りんご	じゃこごはん 牛乳	バターロール マカロニ、油、小麦粉 パン粉、米、ごま	鶏小間肉、豆乳 パルメザンチーズ ちりめん、花鰹 牛乳	玉ねぎ、パセリ、ブロッコリー にんじん、もやし りんご	塩、コンソメ 酢、しょう油
17	木	ごはん プルコギ炒め 春雨サラダ 中華スープ いよかん	揚げパン 牛乳	米、油、さとう、ごま油 春雨、バターロール	豚小間肉、白味噌 牛乳	玉ねぎ、しめじ、にら きゅうり、にんじん 白菜、いよかん	料理酒、しょう油 みりん、酢、塩 中華だし
18	金	きのこうどん たらのマヨチーズ焼き ミックスベジタブルソテー りんご	骨太チャーハン 牛乳	うどん、じゃが芋 油 エッグケアマヨネーズ 米、ごま	鶏小間肉、たら ピザ用チーズ 豚ひき肉、しらす 牛乳	わかめ、まいたけ、しめじ にんじん、ねぎ、いんげん コーン、りんご	出汁、みりん、しょう油 塩、中濃ソース コンソメ
19	土	ごはん 豆腐のつくね焼き ツナピーマン炒め 味噌汁(大根・わかめ) りんご	黒糖蒸しパン 牛乳	米、パン粉、油 黒糖、さとう ホットケーキミックス	木綿豆腐、鶏ひき肉 ツナ缶、白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、もやし ピーマン、コーン 大根、わかめ りんご	塩、しょう油、みりん 出汁、コンソメ
20	日						
21	月	ごはん 根菜ハンバーグ きゅうりとちくわのサラダ 味噌汁(油揚げ・大根) 清見オレンジ	フレンチトースト 牛乳  【多文化おやつ】	米、パン粉、油 さとう、片栗粉、ごま エッグケアマヨネーズ 食パン、バター	鶏ひき肉、ちくわ 油揚げ、白味噌 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ごぼう れんこん、きゅうり、大根 清見オレンジ	塩、出汁、しょう油 みりん メープルシロップ
22	火	わかめごはん トンカツ シルバーサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) りんご	マリトッツォ風 フルーツサンド 牛乳  【誕生日会】	米、小麦粉、パン粉 油、春雨、ごま、さとう エッグケアマヨネーズ バターロール、粉糖	豚ロース 木綿豆腐、白味噌 生クリーム 牛乳	わかめ、にんじん、きゅうり コーン、なめこ、りんご いちご、みかん缶	塩、中濃ソース ケチャップ、出汁 しょう油
23	水	<b>天皇誕生日</b>					
24	木	いちごジャムサンド じゃが芋のカントリー煮 茹で野菜 白菜スープ いよかん	胡麻味噌焼きおにぎり 牛乳	食パン、じゃが芋 油、さとう エッグケアマヨネーズ 米、ごま いちごジャム	豚小間肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ きゅうり、白菜、いよかん	コンソメ、ケチャップ ウスターソース 塩、しょう油、みりん
25	金	ごはん さばの味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物 清汁(ちくわ・えのき) 清見オレンジ	ほうれん草蒸しパン 牛乳	米、さとう ホットケーキミックス	鯖、白味噌 しらす、ちくわ 豆乳 牛乳	しょうが、きゅうり、わかめ えのき、清見オレンジ ほうれん草	料理酒、酢、塩
26	土	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 マカロニサラダ 味噌汁(麩・ねぎ) りんご	おかかおにぎり 牛乳	米、さとう、マカロニ エッグケアマヨネーズ 麩	鶏小間肉、大豆水煮 白味噌 花鰹 牛乳	にんじん、絹さや きゅうり、ねぎ、りんご	料理酒、みりん しょう油、出汁 塩
27	日						
28	月	ほうとう風うどん 鶏の照り焼き 大豆サラダ りんご	ケチャップライス 牛乳	うどん、かぼちゃ さとう、油 エッグケアマヨネーズ 米	豚バラ肉、白味噌 鶏もも肉、大豆水煮 牛乳	にんじん、白菜、ねぎ、ごぼう きゅうり、コーン、りんご 玉ねぎ、グリーンピース	出汁、しょう油、みりん 塩、ケチャップ コンソメ