



♥ はあとほいくえん 2がつこんだてひょう



日	曜日	主食	おかず	赤の食べ物(血や肉になる)	黄の食べ物(熱や力になる)	緑の材料(調子を整える)	未満児おやつ	3時のおやつ
1	水	中華丼	ナムル 春雨スープ	牛乳 豚肉 ウィンナー チーズ	とうもろこし パター 油 片栗粉 ごま ごま油 春雨 食パン	白菜 にんじん きくらげ ししいたけ ほうれん草 もやし 根菜ねぎ たまねぎ ビーマン コーン	牛乳 ポップコーン	牛乳 ビスケット
2	木	ごはん	ミートボールのトマト煮 コールスローサラダ 玉ねぎとブロッコリーのスープ	牛乳 牛肉 豚肉 豆腐 ツナ ウィンナー きな粉	ジャパソ 米 パン粉 砂糖 片栗粉 ごま お麩 パター	たまねぎ にんじん キャベツ コーン ブロッコリー	牛乳 スティックパン	牛乳 麩のきな粉ラスク
3	金	山菜釜飯	いわしのみぞれ煮 ひじきの煮物 すまし汁	牛乳 いわし 油揚げ 魚肉ソーセージ	米 たけのこ 片栗粉 枝豆 ごま油 砂糖	ももパウチ にんじん ごぼう しめじ ぼしひじき 小松菜 たまねぎ きゅうり たくあん 焼きのり	牛乳 ももパウチ	お茶 恵方巻き
4	土	鮭のクリームパスタ	コーンスープ りんご	鮭 牛乳 ウィンナー	お菓子 ジャガイモ	たまねぎ しめじ ほうれん草 コーン りんご	お茶 きらきら星せんべい	お茶 聖たべよ雪の音
6	月	ごはん	白身魚のフライ スパゲティサラダ パンキンポターージュ	牛乳 たら 鮭クリーム	ビスケット 米 薄力粉 パン粉 油 ジャガイモ	キャベツ たまねぎ きゅうり にんじん かぼちゃペースト	牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 ココアクリームサンド
7	火	ごはん	タンダーリーチキン かぼちゃサラダ 野菜スープ	牛乳 鶏肉 ヨーグルト	ヨーグルク 米 薄力粉 砂糖 パター	かぼちゃ たまねぎ きゅうり キャベツ にんじん ブロッコリー	牛乳 コーンフレーク	牛乳 バタークッキー
8	水	ビビンバ	ツナの酢の物 すまし汁	牛乳 チーズ 牛肉 みそ ツナ 豆腐 おから 卵	米 砂糖 ごま油 かつお節 さつま芋	ほうれん草 にんじん もやし きゅうり しめじ たまねぎ わかめ	牛乳 キャンディーチーズ	牛乳 おいも蒸しパン
9	木	ちゃんぽん	餃子 フルーツ盛り合わせ	牛乳 豚肉	お菓子 中華麺 油 米 ごま油 餃子の皮	もやし キャベツ にんじん きくらげ コーン 白菜 にはり みかんパウチ ももパウチ りんごパウチ わかめ	牛乳 おせんべい	お茶 わかめおにぎり
10	金	ごはん	鶏肉のみそマヨ焼き ほうれん草の白和え けんちん汁	牛乳 鶏肉 みそ 豆腐 油揚げ	米 ごま 砂糖 じゃが芋 油	りんご こねぎ ほうれん草 ごぼう にんじん 大根	牛乳 りんご	お茶 ポテトフライ
13	月	ごはん	たらの野菜あんかけ 切干大根とツナのごま和え 白菜スープ	牛乳 たら ツナ	お菓子 米 片栗粉 ごま油 食パン パター	たまねぎ にんじん ビーマン しめじ 切干大根 きゅうり 白菜 パセリ	牛乳 ビスコ	牛乳 シュガートースト
14	火	ごはん	焼肉炒め 大根サラダ 韓国風スープ	牛乳 牛肉 ツナ 豚肉 卵 鮭クリーム	米 油 ごま油 薄力粉 パター 砂糖	パイン缶 たまねぎ にんじん キャベツ ビーマン 大根 きゅうり トマト もやし にはり きくらげ いちご	牛乳 パイン缶	牛乳 いちごマフィン
15	水	ごはん	えびフライ ブロッコリーサラダ ポトフ	牛乳 えび ツナ ウィンナー ヨーグルト 卵 鮭クリーム	米 薄力粉 パン粉 油 じゃが芋 砂糖	オレンジ ブロッコリー にんじん キャベツ コーン たまねぎ いちご みかんパウチ キウイ	牛乳 オレンジ	お誕生日会
16	木	ごはん	揚げ煮魚 うの花 ほうれん草のみそ汁	牛乳 鮭 おから 油揚げ 豆腐 みそ	ビスケット 米 片栗粉 油 砂糖 枝豆 ごま油 かつお節	にんじん 乾しいたけ わかめ こねぎ ほうれん草	牛乳 どうぶつビスケット	お茶 ココアプリン
17	金	カレーライス	かみかみサラダ フルーチェ	牛乳 チーズ 鶏肉	米 じゃが芋 油 ごま油 パイ皮 りんごジャム	たまねぎ にんじん きゅうり ごぼう ブルーベリー	牛乳 キャンディーチーズ	牛乳 アップルパイ
18	土	しょうゆラーメン	きゅうりとわかめの酢の物 みかんパウチ	豚肉 しらす干し	お菓子 中華麺 ごま油 ごま 砂糖	にんじん たまねぎ こねぎ わかめ きゅうり みかんパウチ	お茶 ふわふわチップス	お茶 ポップコーン 紫手チップス
20	月	ごはん	鮭のパン粉焼き じゃが芋とブロッコリーのソテー きのこスープ	牛乳 鮭 ウィンナー	ヨーグルク 米 パン粉 じゃが芋 油 薄力粉 砂糖 マーガリン 黒ごま	ブロッコリー ししいたけ えのき まいたけ こねぎ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ごまクッキー
21	火	焼きそば	キャベツのごま和え オニオンコンソメスープ	牛乳 豚肉 ツナ ウィンナー 鮭クリーム	中華麺 油 砂糖 ごま パイ皮	りんごパウチ キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン もやし いちご	牛乳 りんごパウチ	牛乳 ミルフィーユ
22	水	そばろかけごはん	納豆和え ぶた汁	牛乳 鶏肉 納豆 豚肉 厚揚げ みそ 卵	ジャパソ 米 砂糖 片栗粉 さつま芋 薄力粉	たまねぎ にんじん さやいんげん ほうれん草 もやし 大根 ごぼう こねぎ コーン	牛乳 スティックパン	牛乳 とうもろこしの煮はし揚げ
24	金	ロールパン	クリームシチュー 人参サラダ バナナ	牛乳 鶏肉 ツナ	ビスケット 薄力粉 パター じゃが芋 ごま 米	にんじん たまねぎ ブロッコリー きゅうり キャベツ コーン パナナ 塩昆布	牛乳 スティックビスケット	お茶 塩昆布とツナのおにぎり
25	土	肉わかめうどん	ブロッコリーのおかか和え りんごパウチ	牛肉 削りかつお節	とうもろこし パター うどん 砂糖 お菓子	わかめ たまねぎ にんじん こねぎ ブロッコリー コーン りんごパウチ	お茶 ポップコーン	お茶 ひじきあられ 白い風船
27	月	ナポリタン	シーチキンサラダ みかん	牛乳 ウィンナー ツナ 卵 鮭クリーム	ジャガイモ 油 パター かつお節 砂糖	バナナ たまねぎ にんじん ビーマン コーン きゅうり キャベツ トマト 黄ピーマン みかん いちご	牛乳 バナナ	牛乳 いちごクレープ
28	火	五目チャーハン	牛肉と春雨の炒め物 キャベツのサラダ 豆腐スープ	牛乳 焼き豚 牛肉 厚揚げ ツナ 豆腐	お菓子 米 ごま油 春雨 砂糖 ごま ごま油 マーガリン 食パン	たまねぎ ビーマン にんじん こねぎ 赤ピーマン 絹さや キャベツ きゅうり かつお	牛乳 ビスコ	牛乳 ココアサンド

*都合によりメニューを変更する場合があります。

～2月 だいち組リクエスト給食～

鶏肉のみそマヨ焼き・・・かねぎよ さくらこちゃん
カレーライス・・・よしむら あおいくん
いけだ はるかちゃん
いけだに あかりちゃん
なかに はるとくん
クリームシチュー・・・うえたに さらちゃん
ちゃんぽん・・・たなか ゆうひくん
すぎやま ゆづきちゃん

揚げ煮魚・・・いとう りくとくん
ナポリタン・・・はやし たつやくん
ミートボール・・・ふくま はるらちゃん
焼きそば・・・やまと こうたくん
アップルパイ・・・たけの みつきちゃん
ビビンバ・・・うちだ みわちゃん