



♥ 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	木	ごはん	カツオの磯風味 海藻サラダ 小松菜のみそ汁	牛乳 かつお みそ ウィンナー チーズ	ビスケット 米 片栗粉 油 砂糖 強力粉 青じそ トマト ソフトアイス	青のり キャベツ わかめ 刻み昆布 もやし きゅうり 小松菜 玉ねぎ 人参 ビーマン コーン	牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 ビザ
2	金	ごはん	肉じゃが ほうれん草の白和え いわしのつみれ汁	牛乳 牛肉 厚揚げ 豆腐 みそ つみれ 魚肉ソーセージ	米 じゃが芋 砂糖 ごま	みかんパウチ 玉ねぎ 人参 大根 さやいんげん ほうれん草 乾しいたけ こねぎ きゅうり たくあん 焼きのり	牛乳 みかんパウチ	お茶 恵方巻き
3	土	とんこつラーメン	もやし中華和え オレンジ	豚肉	お菓子 中華麺 ごま ごま油	もやし こねぎ きくらげ きゅうり 人参 オレンジ	お茶 メープルスナック	お茶 ポップコーン ぼたぼた焼き
5	月	ひじきごはん	赤魚の煮付け わかめサラダ 根菜のみそ汁	牛乳 豚肉 油揚げ 赤魚 厚揚げ 豆腐 みそ	クラッカー 米 砂糖 片栗粉 青じそ トマト ソフトアイス フルーティ ム	人参 ひじき しょうが ほうれん草 キャベツ わかめ もやし 玉ねぎ ごぼう かぶ こねぎ	牛乳 クラッカー	牛乳 ブルーベリーパイ
6	火	ちゃんぽん	人参サラダ パナナ	牛乳 豚肉 ツナ ホットクリーム	コーン 中華麺 油 ごま ビスケット	もやし キャベツ 人参 きくらげ コーン きゅうり パナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ココアサンドクッキー
7	水	そぼろかけごはん	納豆和え すまし汁	牛乳 チーズ 鶏肉 納豆 豆腐 ツナ	米 砂糖 片栗粉 食パン	玉ねぎ 人参 さやいんげん もやし ほうれん草 しめじ わかめ	牛乳 キャンディーチーズ	牛乳 ツナチーズトースト
8	木	ごはん	白身魚の野菜あんかけ 小松菜のお浸し 大根としめじのみそ汁	牛乳 さわら しらす干し かつお節 みそ 豆乳 きな粉	米 片栗粉 ごま油 砂糖 薄力粉 マーガリン	みかん 玉ねぎ 人参 ビーマン えのき 小松菜 大根 しめじ こねぎ	牛乳 みかん	牛乳 豆乳きな粉クッキー
9	金	ごはん	チキンチキンごぼう さつまいもとチーズのサラダ 和風トーフ	牛乳 鶏肉 チーズ 枝豆 ウィンナー	ビスケット 米 片栗粉 油 砂糖 さつま芋 バター トウモロコシ	ごぼう 人参 きゅうり かぶ 玉ねぎ しめじ かぼちゃ	牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 かぼちゃのワンドケーキ
10	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 かつお節	お菓子 うどん 砂糖	わかめ 玉ねぎ 人参 こねぎ ブロッコリー コーン りんごパウチ	お茶 星たべよ	お茶 ソフトせんべい おさつとぎ
13	火	コッペパン	ビーフシチュー ブロッコリーサラダ オレンジ	牛乳 牛肉 ツナ	お菓子 ジャパン 薄力粉 じゃが芋 マーガリン ごま	玉ねぎ 人参 ブロッコリー トマト キャベツ オレンジ 青のり たくあん	牛乳 ビスコ	お茶 悪魔のおにぎり
14	水	豚バラごぼう丼	ねばねば和え 豆苗のみそ汁	豚肉 納豆 豆苗 みそ 牛乳	お菓子 米 砂糖 油 ホットクリーム 粉糖	玉ねぎ しょうが ごぼう オクラ わかめ ほうれん草 もやし 人参	お茶 ばりんこ	牛乳 ガトーショコラ
15	木	ごはん	焼肉炒め ナムル オクラスープ	牛乳 牛肉	米 油 ごま油 ごま 加熱ドレッシング	ももパウチ 玉ねぎ 人参 キャベツ ビーマン ほうれん草 もやし オクラ コーン	牛乳 ももパウチ	お茶 カスタードプリン
16	金	カレーうどん	キャベツのごま和え みかん	牛乳 鶏肉 ツナ	ビスケット うどん 油 砂糖 ごま 食パン いちご ム	しめじ 玉ねぎ 人参 こねぎ もやし キャベツ みかん	牛乳 どうぶつビスケット	牛乳 ジャムサンド
17	土	和風パスタ	オニオンコンソメスープ ミニゼリー	ツナ ウィンナー	ビスケット ジャガティ 油 ゼリー お菓子	人参 玉ねぎ しめじ コーン	お茶 ビスコ	お茶 雪の音 きな粉餅せんべい
19	月	ごはん	さばのごま味噌煮 切干大根とツナのごま和え すまし汁	さば みそ ツな かつお節	お菓子 米 砂糖 ごま 片栗粉 お麩 米粉	しょうが 切干大根 きゅうり 人参 えのき 小松菜 キャベツ こねぎ 青のり	お茶 ソフトせんべい	お茶 たこやき
20	火	しょうゆラーメン	餃子 りんご	牛乳 豚肉	コーン 中華麺 ごま油 餃子 油 米 砂糖	人参 玉ねぎ わかめ こねぎ しょうが 白菜 なら りんご 大根	牛乳 コーンフレーク	お茶 菜めしおにぎり
21	水	牛すき丼	なめたけ和え さつま汁	牛乳 チーズ 牛肉 厚揚げ 豆腐 みそ	米 砂糖 さつま芋 パイ皮 バター	白菜 人参 しいたけ ほうれん草 オクラ なめたけ ごぼう 大根 こねぎ	牛乳 キャンディーチーズ	牛乳 さつま芋スティックパイ
22	木	ごはん	白身魚の黄金焼き れんこん金平 もずくのお吸い物	牛乳 ホキ 豚肉 豆腐	米 ごま油 ごま 砂糖 ホットクリーム バター	オレンジ れんこん 人参 ビーマン 乾しいたけ もずく こねぎ	牛乳 オレンジ	牛乳 キャロットワンドケーキ
24	土	焼きそば	コーンスープ ももパウチ	豚肉 ウィンナー	お菓子 中華麺 油	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン もやし コーン ももパウチ	お茶 ミニサラダ	お茶 ぼたぼた焼き 白い風船
26	月	ごはん	ポークチャップ シーチキンサラダ モロヘイヤのスープ	豚肉 ツナ 牛乳 ホットクリーム こしあん	米 バター ジャパン	玉ねぎ ビーマン しめじ きゅうり キャベツ トマト 黄ビーマン モロヘイヤ オクラ	お茶 ポップコーン	牛乳 ホイップあんぱん
27	火	カレーライス	かみかみサラダ フルーツポンチ	牛乳 チーズ 鶏肉	米 じゃが芋 油 ごま油 お麩 バター 黒砂糖	玉ねぎ 人参 きゅうり ごぼう ももパウチ バイン缶 りんごパウチ	牛乳 キャンディーチーズ	牛乳 お麩の黒砂糖ラスク
28	水	ごはん	鶏肉のから揚げ ポテトサラダ かぼちゃのポタージュ	牛乳 鶏肉 ホットクリーム	ビスケット 米 薄力粉 油 片栗粉 じゃが芋 砂糖 ホットクリーム バター	しょうが きゅうり コーン かぼちゃペースト りんご飲料 みかんパウチ いちご	牛乳 どうぶつビスケット	🎂 お誕生日会
29	木	ごはん	鮭の塩こうじ焼き がんもどきの煮物 キャベツのみそ汁	牛乳 鮭 がんもどき みそ ホットクリーム	米 塩こうじ 砂糖 パイ皮	バイン缶 大根 人参 さやいんげん キャベツ 玉ねぎ いちご	牛乳 バイン缶	牛乳 いちごミルフィーユ

*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~

- ★カレーライス: とくしくん、しょうすけくん、いっぺいくん、おりはちゃん
- ★ブロッコリーサラダ: れいくん
- ★しょうゆラーメン: つむぎちゃん、あやめちゃん、ゆいちゃん、すずはちゃん、そうすけくん、えいとくん、はるとくん、けいごくん、だいごくん
- ★モロヘイヤスープ: はるきくん
- ★ビーフシチュー: かえでちゃん
- ★フルーツポンチ: ゆうなくん
- ★餃子: れおくん
- ★たこやき: とくしくん、しょうすけくん、すずはちゃん、おりはちゃん、はるとくん
- ★プリン: だいごくん、いっぺいくん