



2020年 2月給食献立表



立花ひよこ保育園

	(月) 3, 17			(火) 4 [節分]			(水) 5, 19			(木) 6, 20			(金) 7, 21			(土) 8, 22				
昼食	豚キャベ炒め	豚肉	30	巻き寿司 (3,4歳児は 手巻き寿司)	有機米/焼きのり	50/1枚	大根と 鶏手羽の煮物	大根	2本	鰯の 幽庵焼き	鰯	40	春巻き	春巻きの皮	15	ミート スパゲティ	スパゲティ	30		
		キャベツ	30		人参/きゅうり	15		人参	40		豚ミンチ	10		豚ミンチ	10					
		玉ねぎ/生椎茸	20/5		高野豆腐	3		人参	15		玉ねぎ/春雨	20/3		牛ミンチ	10					
	みそ マヨネーズかけ	水菜	10	さつま芋	15	小松菜	8	しょうゆ	2	ゆず	2	水菜/人参	5	しょうゆ	2	ごま油	1	ケチャップ	10	
		しょうゆ/みりん	2/1	塩/しょうゆ	2/8	しょうゆ	15/7	砂糖/酒	1	しょうゆ	2	ごま油/ごめ油	1/6	りんごのサラダ	25	りんご	20	コンソメ	2	
		フロッコリー	30	いわしの フライ	いわし	40	ほうれん草の ナムル	ほうれん草	20	キャベツ/人参	20/8	フロッコリーと	20	白菜/ハム	30/5	塩こしょう	少々	パセリ	1	
すまし汁	カリフラワー	20	えのき	25	みそ汁	豆腐	15	みそ汁	じゃが芋	15	みそ汁	さつま芋	20	粉ふき芋	じゃが芋	50				
	人参	10	ほうれん草	10	えのき	えのき	20	じゃが芋	えのき	20	さつま芋	しめじ	15	コーン	塩	5				
	麦みそ	2	しょうゆ/塩	1/少々	青ねぎ	青ねぎ	2	えのき	わかめ	0.3	麦みそ	しめじ	15	塩	適量					
かきごはん	豆乳マヨネーズ	3	カミナリ汁	豆腐/ごま油	15/0.5	人参ごはん	人参	8	わかめ	5	小麦みそ	小麦みそ	2/5	スープ	ほうれん草	10				
	えのき	25	人参/大根	5/15	塩	塩	少々	小麦みそ	5	五穀ごはん	五穀米	適量	いりこ	いりこ	2	ほうれん草	10			
	ほうれん草	10	白ねぎ	3	有機米	有機米	50	塩	5	レーズンの ポッキー	薄力粉	15	有機米	55	生薑/しょうゆ	少々/2	しょうゆ/塩	1/少々		
おやつ	もちもち チーズパン	白玉粉	18	やごめごはんの おにぎり	有機米/もち米	20/15	梅が枝餅	だんご粉	30	レーズンの ポッキー	薄力粉	15	米粉と豆腐の ブラウニー	絹ごし豆腐	16	自然食品菓子				
	粉チーズ	18	水	45	縮こし豆腐	20	縮こし豆腐	30	B.P/砂糖	0.3	米粉/砂糖	10/4	ココアパウダー	1						
	牛乳/塩	21/1	煎り大豆	3	小豆/砂糖	10/3	小豆/砂糖	10/3	オリーブ油	3	ココアパウダー	1	片栗粉/B.P	1/1.2						
果物 牛乳	ごめ油	2	ちりめん	2	塩/ごめ油	少々	塩	少々	レーズン	5	ごめ油	0.8	ごめ油	0.8	りんご					
	デコボン		文旦	0.2	みかん		みかん		ポンカン		りんご		りんご							
			牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳							
	(月) 10, (火) 25			(火) 18			(水) 12, 26			(木) 13, 27			(金) 14, 28			(土) 1, 29				
昼食	鱈の竜田揚げ	鱈	40	豆腐カツ	木綿豆腐	50	れんこんバーグ	鶏ミンチ	40	鰯の 野菜あんかけ	鰯	40	ポークビーンズ	豚肉/玉ねぎ	10/25	中華丼	豚肉	20		
		片栗粉	2		ごめ油	5		れんこん	20		豆腐	20		人参	10		人参/大豆	10	人参	10
		ごめ油	5		しょうゆ/にんにく	1/少々		れんこん	10		玉ねぎ	30		ほうれん草	10		じゃが芋	25	イカ	10
	土佐和え	しょうゆ/酒	2	薄力粉	2	パン粉	5	ひじき/生姜	1/少々	しょうゆ	2	みりん/生姜汁	1/少々	いんげん	5	白菜	30			
		生姜	少々	つけ合わせ	4	ひじきの 炒り煮	ひじき	3	かぶ	20	卵の花	おから	15	ごめ油	1	生椎茸	5			
		にんにく	少々	ひじきの	3	人参/ごぼう	8	つけ合わせ	20	人参/玉ねぎ	5	人参/ここんにやく	5	ケチャップ	10	白ねぎ	5			
みそ汁	レタス	6	炒り煮	5	こんにやく	5	紅白なます	人参	15	糸こんにやく	5	大根の梅和え	大根/梅干し	20/適量	しょうゆ	1	しょうゆ	1		
	白米	35/8	ひじきの	3	うすあげ	3	大根	45	うすあげ/青ねぎ	2	干し椎茸	1	しょうゆ	1.5	塩こしょう	少々	コンソメ	適量		
	小松菜	20	炒り煮	5	いんげん	3	ゆず/ごま	適量/0.5	ゆず/ごま	3/1	しょうゆ/みりん	1.5	しょうゆ	1	片栗粉	1	片栗粉	1		
煎り豆 ごはん	しょうゆ	1	三平汁	生鮭	15	みそ汁	キャベツ	15	みそ汁	しめじ	10	スープ	白菜/えのき	15/10	フロッコリー	フロッコリー	40			
	にんにく	少々	三平汁	人参/大根	10/20	みそ汁	しょうゆ	0.5	糸こんにやく	5	大根の梅和え	大根/梅干し	20/適量	ごめ油	0.5	ごめ油	0.5			
	レタス	6	三平汁	こんにやく	5	みそ汁	ゆず/ごま	3/1	うすあげ/青ねぎ	2	干し椎茸	1	しょうゆ	1	片栗粉	1	片栗粉	1		
おやつ	じゃが芋	20	ごはん	有機米	55	ごはん	有機米	55	五穀ごはん	五穀米	適量	昆布ごはん	昆布/塩	2/0.2	みそ汁	みそ汁	15			
	玉ねぎ	15	ごはん	5	うどん	17	うどん	15	五穀米	55	昆布ごはん	昆布/塩	55	玉ねぎ	15	玉ねぎ	15			
	白ねぎ	5	きな粉の 焼きもち	白玉粉	17	かりん糖	かりん糖	4	マカロニきな粉	マカロニ	15	焼き芋	さつま芋	60	自然食品菓子					
煎り豆 ごはん	麦みそ	5	きな粉	4/7	砂糖	15	砂糖	3	きな粉	3	いりこ									
	麦みそ	5	牛乳	15	こめ油	3	こめ油	3	砂糖	3	昆布	少々								
	煎り大豆	3	バター	3	昆布	15	りんご		塩	少々	果物	みかん								
果物 牛乳	有機米	50	果物	はっさく		りんご		りんご		果物										
	塩	少々	果物			りんご		りんご		果物										
	デコボン		牛乳			りんご		りんご		果物										

※分量は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。 ※果物は、入荷時期などによって変更があります。  
 ※五穀ごはんに入っている五穀（もちぎび・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス）は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。