

# 献立表

2020年度2月

1歳児

阿佐谷保育園

日	曜	献立	3色分類		
			あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1	月	豚丼 ひじきとコーンのナムル 大豆と昆布の煮豆 牛乳	豚ひき肉 ひじき 大豆(乾) 昆布 牛乳	米 大麦 なたね油 しらたき じゃが芋 三温糖 ごま油 白すりごま	人参 小葱 玉葱 きゅうり コーン
		フレンチトースト ブロッコリーのおかか和え 果物 牛乳	卵 牛乳 かつお節	食パン 三温糖 バター	ブロッコリー
2	火	ロールパン 野菜スープ ハンバーグトマトソース マカロニサラダ 牛乳 めざし (2日)	豚ひき肉 牛ひき肉 牛乳 ツナ缶 めざし	ロールパン バン粉 サラダマカニ じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用)	キャベツ にんじん 玉葱 マッシュルーム トマト缶 きゅうり 人参
		ロールパン 野菜スープ ハンバーグトマトソース マカロニサラダ 牛乳 (16日)	豚ひき肉 牛ひき肉 牛乳 ツナ缶	ロールパン バン粉 サラダマカニ じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用)	キャベツ にんじん 玉葱 マッシュルーム トマト缶 きゅうり 人参
		ゆかりおにぎり さつまいものシュガースティック 果物 牛乳	牛乳	米 大麦 いりごま さつまいも 揚げ油 グラニュー糖	
3	水	ご飯 すまし汁 魚の変わり西京焼き 切干大根煮 ブロッコリーのおかか和え 牛乳	絹ごし豆腐 わかめ カレイ みそ 揚げ 大豆水煮 かつお節 牛乳	米 大麦 三温糖 マヨネーズ(卵不使用) いりごま なたね油	長葱 切り干し大根 人参 ブロッコリー
		しらすトースト 煮豆 果物 牛乳	しらす干し 青のり いんげんまめ 牛乳	食パン マヨネーズ(卵不使用) 三温糖	
4	木	ご飯 麩の味噌汁 五目卵焼き わかめとピーマンの炒り煮 牛ごぼう煮 牛乳	みそ 煮干し 鶏ひき肉 卵 わかめ しらす干し 牛肉 牛乳	米 大麦 小町麩 なたね油 三温糖 ごま油	小松菜 玉葱 人参 干しいたけ 小葱 ピーマン ごぼう
		きなこ揚げパン 人参のおかか和え 果物 牛乳	きなこ かつお節 牛乳	ロールパン 揚げ油 三温糖	人参
5	金	ミートソーススパゲッティ 大根わかめサラダ 牛乳	豚ひき肉 ツナ缶 わかめ 牛乳	スパゲッティ なたね油 三温糖 バター 小麦粉 ごま油	にんにく セロリ 人参 玉葱 ピーマン マッシュルーム トマト缶 大根
		鮭おにぎり 酢ごぼう 果物 牛乳	塩鮭 煮干し 牛乳	米 大麦 いりごま 三温糖	ごぼう
6	土	サンドイッチ 野菜スープ 青のりポテト 果物 牛乳	ハム プロセスチーズ ツナ缶 ウィナー 豚もも肉 青のり 牛乳	食パン じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用) いちごジャム なたね油	きゅうり にんじん ピーマン キャベツ セロリ もやし トマト缶
		土曜献立			
8	月	カレーライス ごぼうサラダ ヨーグルト	鶏もも肉 ハム ヨーグルト	米 大麦 なたね油 じゃが芋 小麦粉 バター マヨネーズ(卵不使用) 白すり胡麻	にんにく 生姜 玉葱 人参 セロリ ピーマン トマト缶 ごぼう 赤ピーマン きゅうり
		黒糖蒸しパン 大根のしらすドレッシング和え 果物 牛乳	卵 牛乳 しらす干し	小麦粉 黒砂糖 なたね油 三温糖 ごま油	大根
9	火	ロールパン 野菜スープ 魚のムニエル ジャーマンポテト ブロッコリーのおかか和え 牛乳	ベーコン かつお節 牛乳	ロールパン なたね油 小麦粉 バター じゃが芋	キャベツ 人参 セロリ マッシュルーム 玉葱 ブロッコリー
		ふりかけおにぎり 生揚げの煮物 果物 牛乳	しらす干し かつお節 青のり わかめ 生揚げ 牛乳	米 大麦 いりごま 三温糖	
10	水	ご飯 じゃが芋とわかめの味噌汁 豆腐ハンバーグ ひじきの炒り煮 小松菜とツナのごま和え 牛乳	わかめ みそ 煮干し 木綿豆腐 豚ひき肉 ひじき 揚げ 鶏もも肉 ツナ缶 牛乳	米 大麦 じゃが芋 片栗粉 三温糖 なたね油 マヨネーズ(卵不使用) 白すりごま	玉葱 干しいたけ 人参 小松菜
		蜂蜜バターパン 隠元の揚げ浸し 果物 牛乳	牛乳	食パン はちみつ バター 揚げ油	さやいんげん
12	金	煮込みうどん 車麩煮揚げ かぶ酢 ミニトマト 牛乳	鶏もも肉 昆布 わかめ 牛乳	なたね油 うどん 車麩 小麦粉 揚げ油 三温糖	玉葱 人参 しめじ 大根 長葱 小葱 干しいたけ かぶ ミニトマト
		米飯お好み焼き 蒸し南瓜 果物 牛乳	豚ひき肉 しらす干し 牛乳	米 大麦 小麦粉 ごま油	キャベツ 人参 南瓜
13	土	クリームライス ブロッコリーサラダ 果物 麦茶	鶏もも肉 牛乳 ハム 昆布	米 大麦 じゃが芋 なたね油 バター 小麦粉 三温糖 ごま油	にんじん 玉葱 マッシュルーム ブロッコリー コーン
		土曜献立			
20	土	丸パン 野菜スープ マカロニグラタン ブロッコリーコーンサラダ 果物 麦茶	ベーコン 鶏もも肉 牛乳 粉チーズ ハム 昆布	丸パン じゃが芋 スパゲッティ バター 小麦粉 バン粉 三温糖 ごま油	キャベツ にんじん セロリ 玉葱 マッシュルーム ブロッコリー コーン
		土曜献立			
25	木	ご飯 白菜の味噌汁 魚の蒲焼 きゃべつのはさみ 和え 白滝と人参の炒り煮 牛乳	みそ 煮干し カレイ 鶏ささ身 牛乳	米 大麦 小麦粉 揚げ油 三温糖 片栗粉 ごま油 しらたき いりごま	白菜 しめじ 小松菜 キャベツ コーン 人参
		きなこクッキー 煮ごぼう 果物 牛乳	卵 きなこ 煮干し 牛乳	バター 三温糖 いりごま 小麦粉	ごぼう
27	土	ピラフ スープ ナムル 果物 牛乳	豚ひき肉 鶏もも肉 ハム 昆布 牛乳	米 大麦 バター じゃが芋 豆乳 三温糖 ごま油	ピーマン コーン 人参 キャベツ 玉葱 小松菜 もやし
		土曜献立			

- ・材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。
- ・果物は日替わりで旬のものを出しています。
- ・土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。
- \* 今年の節分は2月2日です。1歳児クラスでは味見程度ですがめざしを出します。