

2月の献立

日付	曜日	献立	材 料			調 味 料
			赤	黄	緑	
1 ・ 15	土	ツナとほろ丼 野菜スープ ヨーグルト	ツナ缶 ヨーグルト 脱脂粉乳	米	人参 さやいんげん キャベツ 玉ネギ 人参	醤油 砂糖 コンソメ 塩 砂糖
		おせんべい お茶		おせんべい		
3	月	タコライス風 オニオンスープ 切干し大根のサラダ	ぶた肉	米 油	人参 玉ネギ キャベツ にんにく コーン缶 パプリカ レーズン 玉ネギ しめじ 水菜 切干し大根 もやし きゅうり 人参	トマトピューレ トマトケチャップ 醤油 塩 カレー粉 こしょう 酒 コンソメ 塩 マヨネーズ 醤油 ごま
		恵方巻き 牛乳	ツナ缶 のり 牛乳	米	きゅうり	酢 砂糖 塩 マヨネーズ
4 ・ 18	火	ごはん みぞ汁 とりの甘辛煮 栄養せんびら	油あげ とり肉 しらす ちくわ	米 片栗粉 しらたき	小松菜 舞茸 にんにく ごぼう 人参	だし汁 みそ ごま 砂糖 醤油 酒 みりん 醤油 砂糖 みりん ごま油
		メープルオートミールクッキー 牛乳	牛乳	小麦粉 オートミール コーンフレーク バター		砂糖 メープルシロップ
5 ・ 19	水	大豆とひじきのチャーハン 白菜の中華スープ ナムル	ぶた肉 大豆 ひじき	米	人参 玉ネギ 白菜 しめじ ニラ 小松菜 もやし きゅうり 人参	鶏ガラ 醤油 塩 こしょう ごま油 鶏ガラ 醤油 塩 醤油 塩 ごま油
		かぼちゃプリン おせんべい お茶	牛乳 生クリーム	おせんべい	かぼちゃ	砂糖 寒天 バニラエッセンス
6 ・ 20	木	ごはん ほうれん草と玉ネギのスープ ポークチャップ スイートポテトサラダ	ぶた肉	米 小麦粉 油 さつま芋	ほうれん草 玉ネギ 人参 玉ネギ マッシュルーム ピーマン きゅうり 人参 コーン缶	コンソメ 塩 コンソメ 塩 トマトケチャップ トマトピューレ 中濃ソース マヨネーズ 塩
		マールクッキー 牛乳	牛乳	バター 小麦粉		砂糖 ココア
7 ・ 21	金	ごはん 具沢山汁 サワラの香草パン粉焼き 切干し大根の煮物	サワラ 高野豆腐	米 パン粉	キャベツ しめじ 人参 ごぼう パセリ バジル 切干し大根 人参 しいたけ	だし汁 みそ 塩 こしょう 酒 砂糖 醤油 だし汁
		小松菜入りジュシーおにぎり 牛乳	ぶた肉 ひじき 牛乳	米 油	小松菜 人参	醤油 塩 みりん 酒
8 ・ 22	土	フルコギ風丼 中華風スープ ヨーグルト	ぶた肉 ヨーグルト 脱脂粉乳	米	しょうが 玉ネギ 人参 えのき ニラ 白菜 玉ネギ 豆苗	みそ 醤油 砂糖 ごま油 鶏ガラ ごま 鶏ガラ 醤油 塩 砂糖
		おせんべい お茶		おせんべい お茶		
10	月	リーフパン 野菜スープ とりの豆乳クリーム煮 ツナと大豆のサラダ	とり肉 大豆 ツナ缶	リーフパン 豆乳 油 小麦粉	キャベツ 人参 玉ネギ 玉ネギ 人参 しめじ にんにく キャベツ きゅうり 人参 コーン缶	コンソメ 塩 コンソメ 塩 マヨネーズ トマトケチャップ
		中華おこわおにぎり 牛乳	ぶた肉 牛乳	米 もち米 油	人参 小松菜 しいたけ	塩 酒 醤油 砂糖