

2017年

2月
こんだて表

ひかりのご保育園

日	曜日	献立名	おやつ	力と熱となる食べ物	身体を大きくしたり丈夫にしたりする食べ物	身体の調子を調える食べ物
1	水	タコライス、スープ	アメリカンドッグ、牛乳	米、麦	たまご、チーズ、牛豚ひき肉、わかめ	人参、玉ねぎ、レタス、バナナ
2	木	野菜うどん、りんご	おにぎり、牛乳	米、油、小麦粉	鶏肉、牛乳	人参、玉ねぎ、ジャガイモ、りんご
3	金	ドライカレー、スープ	クッキー、牛乳	米、油	たまご、牛乳、牛豚ひき肉、わかめ	人参、玉ねぎ、レタス、バナナ
4	土	ちらし寿司		米、油	たまご	ねぎ、人参
6	月	納豆ご飯、キャベツ炒め、りんご	蜂蜜パン、牛乳	米、油	ベーコン、納豆、牛乳	ねぎ、キャベツ、人参、りんご
7	火	沖縄そば、バナナ	おにぎり、牛乳	沖縄そば、油、マヨネーズ	たまご、ちくわ、牛乳	ねぎ、青菜、バナナ
8	水	ひじき炒め、味噌汁、みかん	せんべい、牛乳	米、油、ごま	ちくわ、ひじき、牛乳、	人参、玉ねぎ、蒟蒻、みかん
9	木	人参しりしり、、スープ、オレンジ	蒸ケーキ、牛乳	米、麦、油	ウインナー、卵	しめじ、人参、玉ねぎ、オレンジ
10	金	ロールキャベツ風、スープ	ぜんざい、牛乳	米、油	合いびき肉、牛乳	玉ねぎ、人参、りんごキャベツ
13	月	野菜炒め、味噌汁、みかん	ホットケーキ、牛乳	米、油	豆腐、牛乳	キャベツ、人参、たまねぎ、もやし、みかん
14	火	ハヤシライス、ヨーグルト	コーンフレーク、牛乳	米、油	鶏肉、牛乳	人参、玉葱、山芋
15	水	親子丼、りんご	ジャムパン、牛乳	米、油、小麦粉	鶏肉、卵、牛乳	玉ねぎ、人参、りんご
16	木	カレーライス、バナナ	芋煮、牛乳	米、小麦、油	鶏肉、牛乳	人参、玉葱、さつまいも、バナナ
17	金	スパゲティミートソース、りんご	ふりかけおにぎり、牛乳	米、油	合挽肉、牛乳	人参、玉ねぎ、えのき、青菜
18	土	ジュシー		米	たまご、わかめ	ねぎ、人参
20	月	人参豆腐炒め、味噌汁、みかん	せんべい牛乳	米、油	たまご、豆腐、わかめ	人参、玉葱、みかん
21	火	豚汁 バナナ	クッキー、牛乳	米、油	豚肉、牛乳	人参、蒟蒻、舞茸、ごぼう、バナナ
22	水	(お弁当会)			牛乳	
23	木	けんちん汁、ネーブル	ホットケーキ、牛乳	米、油	豚肉、蒟蒻、牛乳	人参、青菜、玉葱、大根、ごぼう
24	金	麻婆春雨、味噌汁、バナナ	くずもち、牛乳	米、小麦、油	豆腐、挽き肉、牛乳	人参、玉葱、茄子、バナナ
25	土	ちらし寿司		米、油	たまご	ねぎ、人参
27	月	肉じゃが、わかめ、大根味噌汁	コーンフレーク、牛乳	米、油	たまご、ひき肉、牛乳	人参、玉ねぎ、大根、じゃが芋、りんご
28	火	チキンライス、ネーブル	芋煮、牛乳	米、小麦粉	鶏肉、牛乳	じゃがいも、人参、玉ねぎ、しめじ、さつまいも

材料等の都合により献立を変更する場合があります。