



平成29年度

2がつこんだてひょう



綾東こども園

日(曜日)	きょうしやく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
1(木)	えほうまき ちくわのいそべあげ ごもくじる 	卵 のり 鶏肉 かにかまぼこ ちくわ はんぺん 豆腐	油 砂糖 里芋 パン粉 こんにやく	大根 人参 ごぼう ねぎ きゅうり	ふくまめ おかし ぎゅうにゅう	ふくまめ おかし 牛乳
2(金)	しろみさかなのカレーニエル わかめとはるさめのあえもの みそしる	白身魚 わかめ かまぼこ みそ 豆腐	春雨 砂糖 小麦粉 油	もやし 人参 きゅうり 玉ねぎ ねぎ	はちみつパン ぎゅうにゅう	食パン はちみつ マーガリン 牛乳
5(月)	とりにくのマーメレードやき もやしのナムル スープ	鶏肉 ハム ベーコン	油 砂糖	玉ねぎ もやし 人参 きゅうり きゃべつ ねぎ	せんべい みかん ぎゅうにゅう	せんべい みかん 牛乳
6(火)	すきやきふうに こんさいサラダ オレンジ	牛肉 ハム 焼豆腐	ごま 油 砂糖 しらたき じゃがいも	玉ねぎ 人参 グリーンピース れんこん ごぼう きゅうり オレンジ	みたらしだんご ぎゅうにゅう	白玉粉 しょうゆ 砂糖 豆腐 牛乳
7(水)	ヘルシーミートローフ きゃべつのおかかあえ みそしる	豚ひき肉 卵 かつお節 豆腐 みそ わかめ	砂糖 パン粉 油 じゃがいも	人参 玉ねぎ きゃべつ きゅうり えのき ねぎ	フルーツポンチ	みかん缶 ゼリー パイン缶 黄桃缶
8(木)	さけのさいきょうやき ひじきののもの さつまじる	鮭 鶏肉 みそ 豚肉 大豆 はんぺん ひじき 油あげ	砂糖 油 さつまいも こんにやく	人参 大根 ごぼう ねぎ	あげぱん ぎゅうにゅう	ロールパン きなこ 砂糖 油 牛乳
9(金)	とうふのまさごあげ カムカムサラダ ふわふわスープ	鶏ひき肉 卵 ちりめんじゃこ えび ベーコン 豆腐 いか	油 片栗粉 砂糖 ごま油	人参 切り干し大根 きゅうり もやし きゃべつ チンゲン菜 しょうが	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
13(火)	ぎせいどうふ ナムル とんじる	鶏ひき肉 卵 豆腐 みそ 豚肉 あげ	油 砂糖 ごま	人参 玉ねぎ しいたけ 大根 ごぼう ほうれん草 ねぎ もやし しょうが	おかし りんご ぎゅうにゅう	おかし りんご 牛乳
14(水)	おべんとうの日				アメリカンドック ぎゅうにゅう	ウィンナー 卵 ホットケーキミックス 牛乳
15(木)	さばのケチャップに はくさいのごまあえ すましじる	鯖 かまぼこ 豆腐	砂糖 油 ごま	人参 玉ねぎ 白菜 きゅうり えのき ねぎ	せんべい ゼリー ぎゅうにゅう	せんべい ゼリー 牛乳
16(金)	わかめラーメン あげぎょうざ もやしのあえもの 	わかめ 卵 豚ひき肉	中華麺 油 砂糖 ぎょうざの皮	ねぎ きゃべつ コーン もやし 人参 きゅうり	おにぎり おちゃ	おにぎり 刻み昆布 味付けのり お茶
19(月)	スパクリームに うめサラダ みかん	鶏肉 ベーコン	スパゲティ	人参 グリーンピース コーン マッシュルーム 玉ねぎ きゅうり 切り干し大根 みかん	にんじんドーナツ ぎゅうにゅう	ホットケーキ粉 卵 人参 牛乳
20(火)	てりやきチキン だいこんサラダ みそしる	鶏肉 牛乳 ハム 豆腐	砂糖 油 ドレッシング	大根 人参 きゅうり ねぎ ごぼう	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃがいも 塩 油 牛乳
21(水)	マロニーのしょうゆいため パンバンジー たまごスープ	鶏ささみ みそ 豚肉 ベーコン 卵	マロニー ごま油	人参 玉ねぎ ピーマン もやし きゅうり ねぎ	おかし バナナ ヤクルト	おかし バナナ ヤクルト
22(木)	おたんじょうかい  ごはん ハンバーグ ブロッコリー ポトフ サラダ プチトマト デザート	合ひき肉 卵 ベーコン ハム 牛乳	砂糖 油	玉ねぎ しめじ マッシュルーム ブロッコリー もやし 人参 きゅうり コーン プチトマト	ケーキ ぎゅうにゅう	ケーキ 牛乳
23(金)	からあげ ミモザサラダ すましじる	鶏肉 卵 豆腐 ハム わかめ	砂糖 油 マヨネーズ 小麦粉	きゅうり きゃべつ 人参 玉ねぎ ねぎ 小松菜	ココアむしパン ぎゅうにゅう	蒸しパンミックス ココア 牛乳
26(月)	さけのしおやき ちくぜんに みそしる	鮭 鶏肉 みそ 豆腐	砂糖 油	れんこん 人参 ごぼう しいたけ ねぎ かぶ	ミートボールパン ぎゅうにゅう	ロールパン きゅうり ミートボール 牛乳
27(火)	とりてん カミカミサラダ わかめスープ	鶏ささみ ベーコン わかめ	砂糖 天ぷら粉 油	玉ねぎ ごぼう きゅうり 人参 もやし えのき ねぎ	ヨーグルト せんべい	ヨーグルト せんべい
28(水)	おもちつき大会  雑煮 きなこもち あえもの	みそ	砂糖 ごま もち	大根 人参 ねぎ キャベツ きゅうり	プリン ぎゅうにゅう	プリン 牛乳

材料購入により変更させていただくことがあります。



2月1日(木)2月16日(金)とお誕生会の日の献立は白ご飯はいりません。お箸とコップは持ってきてください。

