



平成28年度

2がつこんだてひょう



綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	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(水)	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
2(木)	しろみさかなのカレームニエル 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
3(金)	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
6(月)	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	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
7(火)	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(水)	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	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃがいも 塩 油 牛乳
9(木)	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	きなこしらたま ぎゅうにゅう	白玉粉 きなこ 塩 砂糖 豆腐 牛乳
10(金)	カレーライス (チキン) フレンチサラダ チーズ	鶏肉 ハム チーズ	じゃがいも ドレッシング	人参 玉ねぎ グリーンピース きゃべつ コーン きゅうり みかん缶	せんべい みかん やさしいジュース	せんべい みかん 野菜ジュース
13(月)	ぎせいどうふ ナムル とんじる	鶏ひき肉 卵 豆腐 豚肉	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	おかし りんご ぎゅうにゅう	おかし りんご 牛乳
14(火)	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(水)	わかめラーメン あげぎょうざ もやしのあえもの 	わかめ 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
16(木)	さばのケチャップに はくさいのごまあえ すまじる	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
17(金)	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(月)	にくだんごのカレーに だいこんサラダ チーズ	鶏ひき肉 卵 牛乳 ハム チーズ	砂糖 油 ドレッシング	玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ 大根 きゅうり コーン	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ きなこ 砂糖 牛乳
21(火)	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	ホットドック ぎゅうにゅう	ロールパン ウィンナー きゃべつ 牛乳
22(水)	マロニーのしょうゆいため パンパンジー 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
23(木)	からあげ ミモザサラダ すまじる	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	ヨーグルト せんべい	ヨーグルト せんべい
24(金)	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 マカロニサラダ プチトマト デザート	合びき肉 卵 ベーコン ハム 牛乳	砂糖 油 マカロニ	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
27(月)	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	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
28(火)	おでんふうにも ちゅうかふうサラダ りんご	鶏肉 はんぺん がんもどき ハム	砂糖 油 ごま油 春雨 ごま油	大根 人参 きゃべつ きゅうり りんご	あげばん ぎゅうにゅう	ロールパン きなこ 砂糖 油 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3日(水)2月15日(水)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。

