

## あまきこども園 献立表

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
	ごはん 洋風かきたま汁 ナムル ウインナー	豚寿司 おかか和え 麩のすまし汁	チキンライス クリームシチュー フレンチサラダ	ごはん 鶏肉の甘辛揚げ 付け合わせ 春雨スープ	ふわふわ丼 即席漬け 一口ゼリー	和風きのこスパゲティ キャベツマリネ バナナ
	牛乳 たこ焼き	カルピス いちごババロア	麦茶 ホットドッグ	牛乳 クッキー	麦茶 アメリカンドッグ	麦茶 お菓子
	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)
	ごはん 春けんちん ひじきサラダ	ごはん 豚肉と厚揚げのカレー煮 和え物	ごはん 魚のチーズ風味天ぷら 付け合わせ わかめのすまし汁	ラーメン 揚げぎょうざ 一口ゼリー	チキンカレー ツナサラダ ケーキ	五目うどん はりはり和え バナナ
	牛乳 揚げパン	麦茶 プリン	牛乳 ショートブレッド	麦茶 フルーツポンチ	牛乳 さつまいもケーキ	麦茶 お菓子
	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)
	パン ポテトグラタン マカロニスープ	中華丼 ハンサンスー フルーツ	ごはん 魚のバーベキューソース 付け合わせ 厚揚げのみそ汁	わかめごはん 豚汁 しらすサラダ	<b>春分の日</b>	焼肉丼 ブロッコリーのサラダ バナナ
	麦茶 ぎんぴらおにぎり	牛乳 あんまん	牛乳 ラスク	牛乳 ピーチケーキ		麦茶 お菓子
	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
	カレーピラフ ピーマンマリネ コンソメスープ	ごはん 鶏肉の味噌漬け焼き 付け合わせ 麩のすまし汁	ごはん 魚の香味焼き レモン酢和え 豆腐のみそ汁	パン ツナのオムレツ ブロッコリー レタススープ	豚丼 ごま和え フルーツ	みそラーメン 酢の物 バナナ
	麦茶 うぐいすもち	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 ココア蒸しパン	麦茶 きなこボール	牛乳 フライドポテト	麦茶 お菓子
	30日 (月)	31日 (火)				
	ごはん 中華風ローストチキン 付け合わせ 大根のみそ汁	ごはん 豆腐の炒め煮 チャーシューサラダ				
	牛乳 麩のラスク	牛乳 フルーツゼリー				

日付	献立名	材料名		
		熱や力になるもの	血や肉になるもの	ほかの材料
2月	ごはん、洋風かきたま汁、ナムル、ウインナー	米、じゃがいも、ばりんこ、サラダ油、さとう、鶏がらスープの素、片栗粉、たごたき	牛乳、たまご、鶏肉、ツナ、とうふ、ウインナー	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、チンゲン菜、ほうれん草、えのきたけ、きくらげ
3火	豚寿司、おほかた和え、麩のすまし汁	米、ババロアの素、サラダ油、さとう、ストロベリーソース、ふ、白ごま、野菜ビスケット	牛乳、錦糸卵、かつうぶし、こんぶ、豚肉	もやし、たまねぎ、キャベツ、ほうれん草、にんじん、えのきたけ、あおねぎ
4水	チキンライス、クリームシチュー、フレンチサラダ	じゃがいも、ロールパン、米、クラッカー、ホワイトルー、サラダ油、さとう、カレー粉	牛乳、豚肉、ウインナー、鶏肉	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり、ケチャップ、コーン、トマトピューレ
5木	ごはん、鶏肉の甘辛揚げ、付け合わせ、春雨スープ	米、片栗粉、野菜ビスケット、小麦粉、バター、さとう、サラダ油、春雨サラダ、中華風だし、カレー粉	牛乳、鶏肉、あげ	ブロッコリー、たまねぎ、チンゲン菜、にんじん、きくらげ
6金	ふわふわ丼、即席漬、一口ゼリー	ゼリーの素、米、あまからせんべい、ホットケーキミックス、さとう、サラダ油、ふ、白ごま	牛乳、鶏ひき肉、ウインナー、とうふ、こんぶ	たまねぎ、もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、ケチャップ、青ねぎ、レモン、しょうが
7土	和風きのこスパゲティ、キャベツマリネ、バナナ	スパゲティ、ドーナツ、あまからせんべい、ばりんこ、油、す、さとう、鶏がらスープの素、ごま油	牛乳、鶏肉、あげ	バナナ、キャベツ、もやし、えのきたけ、エリンギ、きゅうり、小松菜、しいたけ、たまねぎ、にんじん
9月	ごはん、春けんちん、ひじきサラダ	米、ロールパン、ばりんこ、さとう、サラダ油、ごま油	牛乳、とうふ、鶏肉、きなこ、にぼし、たまごふりかけ	もやし、キャベツ、ほうれん草、にんじん、たけのこ、いも、コーン、ごぼう、しいたけ、ひじき
10火	ごはん、豚肉と厚揚げのカレー煮、あえもの	米、プリンの素、さとう、片栗粉、中華風だし、カレー粉、野菜ビスケット	牛乳、あげ、豚肉	もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、きくらげ、にんにく
11水	ごはん、魚のチーズ風味天ぷら、付け合わせ、わかめのすまし汁	米、クラッカー、小麦粉、バター、てんぷら粉、上新粉、さとう、パン粉、米粉	牛乳、ホキ、とうふ、こんぶ、粉チーズ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、青ねぎ、わかめ
12木	野菜ラーメン、揚げ餃子、付け合わせ、一口ゼリー	中華麺、ゼリーの素、黄桃、野菜ビスケット、さとう、サラダ油、バター	牛乳、ぎょうざ、豚肉	キャベツ、パイン缶、バナナ、みかん缶、たまねぎ、もやし、コーン、にんじん、青ねぎ、きくらげ
13金	チキンカレー、ツナサラダ、ロールケーキ	米、じゃがいも、あまからせんべい、さつまいも、小麦粉、カレールー、さとう、サラダ油、バター	牛乳、たまご、鶏肉、ツナ、とうふ、ウインナー	もやし、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、コーン、ケチャップ
14土	五目うどん、はりはり和え、バナナ	うどん、ドーナツ、あまからせんべい、ばりんこ、さとう	牛乳、鶏肉、こんぶ	バナナ、たまねぎ、もやし、にんじん、ごぼう、だいこん、切干大根、青ねぎ、きざみ昆布
16月	パン、ポテトグラタン、マカロニスープ	ロールパン、米、じゃがいも、ばりんこ、パン粉、マカロニ、さとう、白ごま、ごま油、鶏がらスープの素	牛乳、鶏肉、チーズ	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、えのきたけ、コーン、ごぼう
17火	中華丼、ハンサンスー、オレンジ	まんじゅう、米、春雨サラダ、片栗粉、ごま油、さとう、中華味野菜ビスケット	牛乳、豚肉、ウインナー、鶏肉ツナ	オレンジ、はくさい、キャベツ、たまねぎ、チンゲン菜、にんじん、ほうれん草、しょうが、きくらげ
18水	ごはん、魚のバーベキューソース、付け合わせ、厚揚げの味噌汁	米、ロールパン、クラッカー、バター、さとう	牛乳、さけ、あげ、みそ、にぼし	キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、りんご、青ねぎ、レモン
19木	わかめごはん、豚汁、しらすサラダ	米、さつまいも、野菜ビスケット、小麦粉、さとう、あぶら	牛乳、豚肉、みそ、あぶらあげ、しらす干し、にぼし	たまねぎ、もやし、黄桃缶、にんじん、きゅうり、ごぼう、チンゲン菜、コーン、わかめ、青ねぎ
21土	焼肉丼、ブロッコリーのサラダ、バナナ	米、ドーナツ、あまからせんべい、ばりんこ、さとう、サラダ油、ごま油	牛乳、豚肉、みそ	バナナ、キャベツ、ピーマン、もやし、たまねぎ、ブロッコリー、コーン、にんじん、きくらげ
23月	カレーピラフ、ピーマンマリネ、コンソメスープ	米、ばりんこ、白玉粉、さとう、鶏がらスープの素、カレー粉	牛乳、鶏肉、絹豆腐、ハム、きなこ	たまねぎ、もやし、にんじん、ピーマン、キャベツ、チンゲン菜、えのきたけ、コーン、グリーンピース
24火	ごはん、鶏肉のみそ漬け焼き、付け合わせ、麩のすまし汁	ぶどうジュース、米、あまからせんべい、さとう、ふ、野菜ビスケット	牛乳、鶏肉、あげ、みそ、こんぶ	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、アガー、青ねぎ、にんにく
25水	ごはん、魚の香味焼きレモン酢和え、豆腐の味噌汁	米、クラッカー、小麦粉、さとう、サラダ油	牛乳、さわら、とうふ、みそ、にぼし	もやし、たまねぎ、チンゲン菜、にんじん、きゅうり、青ねぎ、えのきたけ、しょうが、レモン
26木	パン、ツナのオムレツ、ブロッコリー、レタススープ	ロールパン、米、じゃがいも、野菜ビスケット、鶏がらスープの素、さとう	牛乳、とうふ、たまご、ツナ、きなこ、チーズ	ブロッコリー、たまねぎ、レタス、えのきたけ、にんじん、コーン、ケチャップ
27金	豚丼、ごま和え、オレンジ	じゃがいも、米、あまからせんべい、サラダ油、さとう、す、ごま	牛乳、豚肉、あげ、ちくわ	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし、糸こんにゃく、ごぼう
28土	味噌ラーメン、酢の物、バナナ	中華麺、ドーナツ、あまからせんべい、ばりんこ、ごま油、白ごま、中華風だし、さとう	牛乳、豚肉	バナナ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、コーン、青ねぎ、きくらげしょうが
30月	ごはん、中華風ローストチキン、付け合わせ、大根のみそ汁	米、じゃがいも、ばりんこ、さとう、バター、ふ、片栗粉、ごま油	牛乳、鶏肉、あぶらあげ、みそ、にぼし	ブロッコリー、たまねぎ、だいこん、にんじん、しょうが、青ねぎ
31火	ごはん、豆腐の炒め煮、チャーシューサラダ	米、あまからせんべい、ゼリーの素、さとう、ごま油、中華味、野菜ビスケット	牛乳、とうふ、豚肉、チャーシュー、ふりかけ	もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、きくらげ、にんにくチンゲン菜、コーン、みかん缶