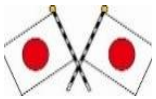
令和2年2月

2月幼児食予定献立表

はなまる保育園

月	火	水	木	金	土
					1 トマトライス ボイル竹輪 青菜入りコーンスープ 【赤】鶏もも,竹輪,卵,ハム・ロース,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,片栗粉, 【緑】玉ねぎ,島人参,赤ピーマン,ﾄﾏﾄｼﾞｭｰｽ,グリーンピース-,ほうれんそう,しめじ,コーンクリーム 豆乳　おにぎり
3 鬼っ子バーグ スパゲッティナポリタン ブロッコリー 大根とえのきのすまし汁 【赤】炒り大豆,刻みだし昆布,ちりめんじゃこ,豚挽肉,牛挽肉,卵,ベーコン,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,パン粉,油,バター,スパゲッティ-乾, 【緑】人参,玉ねぎ,さやいんげん,青ピーマン,マッシュルーム,ブロッコリー,大根,えのきたけ 豆乳　だいずご飯おにぎり	4 きびご飯 魚のキャロット焼き きゅうりの中華風 きんぴら煮 豆乳みそ汁 【赤】魚切り身,豚・もも・赤肉,無調整豆乳,きな粉 【黄】胚芽米,きび,アマランサス,マヨネーズ,三温糖,ごま油,こんにゃく,油,米粉（うるち米）,なたね油 【緑】人参,きゅうり,ささがきごぼう,れんこん生,さやいんげん,白菜,ぶなしめじ 豆乳　米粉のきな粉ケーキ	5 きびご飯 チャプチェ トマト入りオムレツ 白菜とわかめみそ汁 【赤】豚もも肉,卵,わかめ,無調整豆乳,青のり 【黄】胚芽米,アマランサス,春雨（緑）,ごま油,砂糖,油,蒸し中華めん,調合油 【緑】青ピーマン,筍水煮,赤ピーマン,人参,生椎茸,玉ねぎ,ほうれん草,トマト,白菜,ねぎ,キャベツ,もやし,さやいんげん 豆乳　おにぎり	6 黒食パン チキンマカロニグラタン レタス入りごぼうｻﾗﾀﾞ コンソメスープ 【赤】鶏もも,保育ミルク,無調整豆乳 【黄】黒食パン,炒め油,マカロニ,バター,小麦粉,パン粉,マヨネーズ,いりごま,胚芽米,アマランサス 【緑】玉ねぎ,マッシュルーム,ブロッコリー,ささがきごぼう,人参,ｺｰﾝ,レタス,キャベツ 豆乳　おにぎり	7 きびご飯 さばの味噌煮 野菜炒め コーンスープ 【赤】さば切り身,豚・肩ロース,卵,無調整豆乳 【黄】胚芽米,きび,アマランサス,三温糖,油,片栗粉,じゃがいも,なたね油 【緑】にんにく（おろす）,しょうが（おろす）,キャベツ,にんじん,もやし,青ピーマン,コーンクリーム 豆乳　芋餅	8 豚ひき肉と茄子の丼 胡瓜とワカメの酢の物 じゃが芋と厚揚げのみそ汁 【赤】豚・ひき肉,わかめ,しらす干し,厚揚げ,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,油,三温糖,ごま油,じゃが芋, 【緑】にんにく,根深ねぎ,なす,赤ピーマン,黄ピーマン,さやいんげん,きゅうり,ねぎ 豆乳　おにぎり
10 根菜カレー ヨーグルトサラダ 白菜のｽｰﾌﾟ 【赤】鶏もも,ヨーグルト,竹輪,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,油,さつま芋,マシュマロ, 【緑】玉ねぎ,島人参,人参,れんこん生,ごぼう,大根,グリーンピース-,フルーツカクテル,白菜 豆乳　おにぎり	11	12 沖縄そば ひじきの中華サラダ 【赤】竹輪,豚肩ﾛｰｽ,ひじき,ハム,無調整豆乳 【黄】沖縄そば,砂糖,三温糖,ごま油,ごまーいり, 胚芽米,アマランサス 【緑】ほうれん草,人参,レタス,ｺｰﾝ 豆乳　おにぎり	13 きびご飯 豚肉の甘酢炒め 花畑サラダ ほうれん草とえのきのみそ汁 【赤】豚・細切れ肉,卵,ハム,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,きび,片栗粉,三温糖,すりごま,調合油,じゃが芋,マヨネーズ, 【緑】玉ねぎ,コーン,さやいんげん,しょうが汁,きゅうり,ほうれんそう,えのきたけ 豆乳　おにぎり	14 お弁当会 豆乳　米粉フィナンシェ	15 トマトライス ボイルウインナー 青菜入りコーンスープ 【赤】鶏もも,ウインナー（湯通し）,卵,ハム・ロース,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,片栗粉, 【緑】玉ねぎ,島人参,赤ピーマン,ﾄﾏﾄｼﾞｭｰｽ,グリーンピース,ほうれんそう,しめじ,コーンクリーム 豆乳　おにぎり
17 さつま芋ご飯 ぎせい豆腐 チムシンジ 【赤】豆腐,卵,豚挽肉,豚・レバー,豚・ﾀﾞｰﾔｰｽﾞジー,無調整豆乳 【黄】米(はいが精米・水稲),強化米,きび,紅芋,さつま芋,油,グラニュー糖,大根,アマランサス 【緑】人参,根深ねぎ,グリーンピース,島人参,にら 豆乳　おにぎり	18 きびご飯 鮭のキャロット焼き きゅうりの中華風 きんぴら煮 豆乳みそ汁 【赤】鮭切り身,豚・もも・赤肉,豆乳,無調整豆乳, 【黄】胚芽米,きび,アマランサス,マヨネーズ,三温糖,ごま油,こんにゃく,油 【緑】人参,きゅうり,ささがきごぼう,れんこん生,さやいんげん,白菜,ぶなしめじ 豆乳　おにぎり	19 きびご飯 チャプチェ トマト入りオムレツ 白菜とわかめみそ汁 【赤】豚もも肉,卵,わかめ,無調整豆乳,青のり,きな粉 【黄】胚芽米,アマランサス,きび、春雨（緑）,ごま油,砂糖,油,蒸し中華めん,調合油、米粉（うるち米）,なたね油 【緑】青ピーマン,筍水煮,赤ピーマン,人参,生椎茸,玉ねぎ,ほうれん草,トマト,白菜,ねぎ,キャベツ,もやし,さやいんげん 豆乳　誕生日ケーキ	20 黒食パン チキンマカロニグラタン レタス入りごぼうｻﾗﾀﾞ コンソメスープ 【赤】鶏もも,保育ミルク,粉ﾁｰｽﾞ,無調整豆乳 【黄】黒食パン,炒め油,マカロニ,バター,小麦粉,パン粉,マヨネーズ,いりごま,胚芽米,アマランサス 【緑】玉ねぎ,マッシュルーム,ブロッコリー,ささがきごぼう,人参,ｺｰﾝ,レタス,キャベツ 豆乳　おにぎり	21 きびご飯 さばの味噌煮 野菜炒め コーンスープ 【赤】鯖切り身,豚・肩ロース,卵,無調整豆乳 【黄】胚芽米,きび,アマランサス,三温糖,油,片栗粉,じゃがいも,米粉（うるち米）,なたね油 【緑】にんにく（おろす）,しょうが（おろす）,キャベツ,にんじん,もやし,青ピーマン,コーンクリーム缶 豆乳　芋餅	22 豚ひき肉と茄子の丼 胡瓜とワカメの酢の物 じゃが芋と厚揚げのみそ汁 【赤】豚・ひき肉,わかめ,しらす干し,厚揚げ,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,油,三温糖,ごま油,じゃが芋, 【緑】にんにく,根深ねぎ,なす,赤ピーマン,黄ピーマン,さやいんげん,きゅうり,ねぎ 豆乳　おにぎり
24  	25 きびご飯 鶏肉のねぎみそ焼き マカロニサラダ キャベツスープ 【赤】鶏もも,無調整豆乳,豆乳 【黄】胚芽米,きび,アマランサス,三温糖,マカロニ,マヨネーズ,米粉（うるち米）,さつま芋,なたね油 【緑】根深ねぎ,りんご,人参,ブロッコリー,ｺｰﾝ,キャベツ,玉ねぎ,南瓜 豆乳　米粉さつま芋ドーナツ	26 沖縄そば ひじきの中華サラダ 【赤】竹輪,豚肩ﾛｰｽ,ひじき,ハム,無調整豆乳 【黄】沖縄そば,砂糖,三温糖,ごま油,ごまーいり,胚芽米,アマランサス 【緑】ほうれん草,人参,レタス,ｺｰﾝ 豆乳　おにぎり	27 きびご飯 豚肉の甘酢炒め 花畑サラダ ほうれん草とえのきのみそ汁 【赤】豚・細切れ肉,卵,ハム、,無調整豆乳 【黄】胚芽米アマランサス,きび,片栗粉,三温糖,すりごま,調合油,じゃが芋,マヨネーズ, 【緑】玉ねぎ,コーン,さやいんげん,しょうが汁,きゅうり,ほうれんそう,えのきたけ 豆乳　おにぎり	28 きびご飯 魚の照り焼き ほうれん草の卵とじ イナムドゥチ 【赤】魚（切り身）,ベーコン,卵,豚もも赤肉,竹輪,無調整豆乳 【黄】胚芽米,きび,アマランサ、片栗粉,焼油,三温糖,調合油,こんにゃく,アーモンドプードル,絹ごし豆腐 【緑】ほうれんそう,ぶなしめじ,大根,人参,干椎茸,米粉（うるち米） 豆乳　米粉フィナンシェ	29 トマトライス ボイル竹輪 青菜入りコーンスープ 【赤】鶏もも,竹輪（湯通し）,卵,ロースハム,無調整豆乳 【黄】胚芽米,アマランサス,片栗粉, 【緑】玉ねぎ,島人参,赤ピーマン,ﾄﾏﾄｼﾞｭｰｽ,グリーンピース,ほうれんそう,しめじ,コーンクリーム 豆乳　おにぎり

【赤】血や肉・骨となる
【黄】熱や力となる
【緑】体の調子を整える

※材料、その他の都合により、献立を変更することがあります。

献立作成者　栄養士　上原りつ子