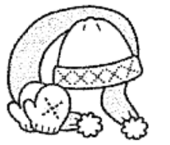
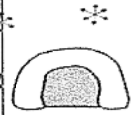
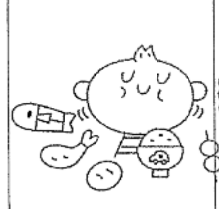
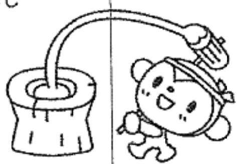
★　2月　そら・こぐま・ゆり　献立表　★

	1	2	3	4	5	7	8	9	10	11	12	14	15
	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火
昼食	■ごはん 米 ■鶏肉のトマト煮 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー トマト缶 ブイヨン さとう しお キャノーラ油 ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ ■スープ しめじ たまねぎ ほうれんそう ブイヨン しお	■★節分献立★ ■まめごはん 米 だいず水煮 ひじき にんじん 淡口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■鮭の塩焼き さけ りょうり酒 しお キャノーラ油 ■小松菜のソテー こまつな ハム 黄ピーマン キャノーラ油 しお ■みそしる とうふ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■五目うどん うどん とりにく りょうり酒 しめじ はくさい にんじん だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■金平ごぼう ごぼう にんじん きぬさや ごま油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 白ごま	■ビーフカレー 米 ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■キャベツとツナのマヨ和え きゃべつ ツナ水煮 きゅうり 黄パプリカ マヨネーズ しお 	■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にら しょうが みそ 濃口しょうゆ とりがらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ とりがらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ 赤ピーマン りょうり酒 みそ 濃口しょうゆ さとう みりん風 キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さとう しお 淡口しょうゆ みりん風 ■すまし汁 にんじん はくさい 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■鯖の生姜煮 さば りょうり酒 濃口しょうゆ しょうが さとう みりん風 ■オクラのツナ和え おくら にんじん ツナ水煮 みりん風 濃口しょうゆ ■豚汁 だいこん ぶたにく ごぼう あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■チキンカツ とりにく りょうり酒 しお こめ粉 かたくり粉 だいず華フレーク キャノーラ油 ケチャップ ■ほうれん草のサラダ ほうれんそう 緑豆もやし コーン キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう 穀物酢 しお ■スープ きゃべつ にんじん たまねぎ ブイヨン しお 	■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きゃべつ 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 さつまいも だいこん にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	建国記念の日 	■牛丼 米 牛バラ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■インゲンの和え物 さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる たまねぎ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■ポテトサラダ じゃがいも きゅうり にんじん マヨネーズ しお こしょう ■すまし汁 はくさい あぶらあげ 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし
10時	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶		■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶
3時	■お麩のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■大豆きな粉 だいず水煮 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳	■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風 ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（カクテル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■ポップコーン（ココア） ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■そぼろおにぎり 米 鶏ひき肉 キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ しお ■お茶 ほうじ茶		■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■★ココアケーキ こめ粉 さとう ベーキングパウダー ココア キャノーラ油 ■牛乳 牛乳 	■フルーツヨーグルト ヨーグルト パイン缶 ■お茶 ほうじ茶

	16	17	18	19	21	22	23	24	25	26	28
	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月
昼食	■ごはん 米 ■牛肉の甘辛炒め ぎゅうにく りょうり酒 たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやいんげん 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 キャノーラ油 ■ほうれん草のごま和え ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ みりん風 白ごま ■みそしる さつまいも とうふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ナポリタン スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン しお キャノーラ油 ■ミニポトフ だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお 	■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■コールスローサラダ きゃべつ きゅうり 赤パプリカ コーン マヨネーズ 	■鶏そぼろ丼 米 鶏ひき肉 しょうが さとう 濃口しょうゆ コーン キャノーラ油 しお ほうれんそう キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ しお ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ 赤ピーマン りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 しょうが キャノーラ油 ■インゲンのおかか和え さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる えのき こまつな 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■さわらの西京焼き さわら しお 甘みそ りょうり酒 みりん風 さとう ■キャベツの酢の物 きゃべつ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ 削りぶし ■すまし汁 にんじん はくさい 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	天皇誕生日 	■みそうどん うどん とりにく りょうり酒 はくさい にんじん えのき 青ねぎ みそ 削りぶし だし昆布 みりん風 ■大豆の磯煮 だいず水煮 ひじき 糸こんにゃく にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ みりん風 削りぶし	■ハヤシライス 米 牛バラ たまねぎ マッシュルーム缶 キャノーラ油 ハヤシルウ ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ 	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 だし昆布 削りぶし ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ みりん風 ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■牛肉と玉ねぎの甘辛煮 ぎゅうにく たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さとう みりん風 濃口しょうゆ ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー コーン 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 
10時	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶		■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶
3時	■コーンフレークの洋風おこし コーンフレーク マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳		■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳