

様

(4)

2024、2月分予定献立

保護者確認欄

エビ、イカ、カニ、タコ

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
			1 米飯	2 梅ご飯
			親子丼 ライスパスタサラダ	いわしの蒲焼き 切干し大根煮 沢煮椀 節分豆
5 減量黒糖パン	6 米飯	7 減量パン	8 米飯	9 米飯
昆布うどん (小袋とろろ昆布) ほうれんそうのいろどり和え	みそカツ丼 ボイルキャベツ けんちん汁	フランクフルトのケチャップ和え チンゲンサイとコーンの和え物 クリームシチュー	焼き魚(さわら) 白菜のおかか和え 筑前煮	鶏肉のさっぱり煮 さつまいもサラダ(小袋ごまドレッシング) 野菜のみそ汁
12	13 米飯	14 米飯	15 米飯	16 米飯
	焼きつくね(和風ソース) にんじんシリシリ 豚汁	いもこ煮 中華風サラダ ぽんかん	豚肉のしょうが焼き 水菜と大根のさっぱり和え てまりふのすまし汁	赤えいのから揚げ ほうれんそうの和え物 厚揚げの中華煮
19 減量パン	20 米飯	21 減量パン	22 米飯	23
えびカツサンド 添え野菜(小袋とんかつソース) 豆苗スープ	スタミナ丼(肉、野菜) 根菜汁	カレースライスグラタン ブロッコリー コンソメスープ	じゃんじゃん豆腐 すいとん	
26 減量パン	27 米飯	28 麦ご飯	29 米飯	
スパゲティナポリタン ツナサラダ	鶏肉のレモン風味 ひじきの煮物 豆腐のみそ汁	カレーライス 海藻サラダ	魚(すずき)のごまみそだれ 小松菜の和え物 鶏団子のはりはり汁	

※わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

						1(木)			2(金)					
						米飯 親子丼 ライスパスタサラダ			梅ご飯 いわしの蒲焼き 切干し大根煮 沢煮椀 節分豆					
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
						鶏もも皮つき	30	35	いわし開き 50g	1尾	1尾			
						米ぬか油	0.2	0.25	でんぷん	3.2	3.2			
						鶏卵	34	38	米ぬか油	6	6			
						たまねぎ	75	85	上白糖	3.12	3.12			
						にんじん	15	18	こいくちしょうゆ	4.8	4.8			
						乾しいたけ	0.6	0.7	本みりん	3.12	3.12			
						おつゆふ	1.5	1.6	清酒	0.48	0.48			
						根深ねぎ	4.5	4.5	切干し大根	5	6			
						三温糖	1.3	1.45	にんじん	4.5	5.4			
						うすくちしょうゆ	2.5	2.8	乾しいたけ	0.2	0.24			
						こいくちしょうゆ	4	4.6	さつま揚げ	4	4.8			
						清酒	0.5	0.5	三温糖	0.5	0.6			
						本みりん	0.5	0.5	こいくちしょうゆ	1	1.2			
						削り節 3号だし	2	2	うすくちしょうゆ	1.53	1.84			
									清酒	1	1.2			
						ライスパスタ	10	12	本みりん	0.21	0.25			
						ポークハム	12	14.4	削り節 3号だし	1	1.2			
						黄ピーマン	3	3.6	出し昆布	0.2	0.24			
						にんじん	5	6	豚肉もも千切り	20	24			
						きゅうり	20	24	じゃがいも	15	18			
						うすくちしょうゆ	3.65	4.38	こまつな	10	12			
						米酢	3.6	4.32	にんじん	10	12			
						上白糖	1.52	1.82	ごぼう	10	12			
						ごま油	0.48	0.58	えのきたけ	5	6			
									しょうが	0.8	0.96			
									清酒	1	1.2			
									うすくちしょうゆ	3.8	3.9			
									本みりん	0.5	0.6			
									天外天塩	0.2	0.24			
									こしょう	0.02	0.02			
									削り節 3号だし	4	4			
									節分豆(お茶めな大豆)6g	1個	1個			
									乾燥カリカリ梅	1.94	2.5			

節分豆は「行事食」扱いとさせていただきます。副食を食べられない方にもつけていきます。(明細を確認の上、喫食の判断をお願いします。)

12(月)			13(火)			14(水)			15(木)			16(金)		
			米飯			米飯			米飯			米飯		
			焼きつくね(和風ソース)			いもこ煮			豚肉のしょうが焼き			赤えいのから揚げ		
			にんじんシリシリ			中華風サラダ			水菜と大根のさっぱり和え			ほうれんそうの和え物		
			豚汁			ぽんかん			てまりふのすまし汁			厚揚げの中華煮		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
			つくね(キャベツ入り)40g	1個		牛肉ももばらスライス	30	36	豚肉ももスライス	30	36	赤えいから揚げ[小麦]	52	62.4
			つくね(キャベツ入り)50g		1個	冷凍絹厚揚げ	20	24	豚肉ばらスライス	30	36	米ぬか油	5.2	6.2
			上白糖	0.56	0.7	里芋	50	60	米ぬか油	0.5	0.6			
			こいくちしょうゆ	1.4	1.75	たまねぎ	50	60	しょうが	0.8	0.96	ほうれんそう	30	36
			水	1.4	1.75	にんじん	20	24	いりごま	1	1.2	キャベツ	15	18
			清酒	0.35	0.44	しらたき	20	24	こいくちしょうゆ	2.78	3.34	ぶなしめじ	5	6
			本みりん	0.35	0.44	冷凍さやいんげん	3	3.6	三温糖	1.5	1.8	上白糖	0.4	0.48
			でんぷん	0.2	0.25	こいくちしょうゆ	6.7	8.04	清酒	1	1.2	うすくちしょうゆ	2.5	3
			たまねぎ	5.6	7	上白糖	2.7	3.24	本みりん	1	1.2			
			ぶなしめじ	2.5	3.12	本みりん	0.8	0.96	水	2.8	3.36	鶏もも皮つき	20	24
			生しいたけ	2.1	2.63	天外天塩	0.2	0.24	でんぷん	0.18	0.22	米ぬか油	0.1	0.12
						削り節 3号だし	1	1.2	たまねぎ	30	36	冷凍絹厚揚げ	35	42
			にんじん	25	30	水	10	12				うずら卵水煮	25	30
			まぐろ油漬け	9	10.8				だいこん	13	15.6	にんじん	15	18
			ごま油	1	1.2	はるさめ	5	6	キャベツ	16	19.2	たけのこ水煮	15	18
			中華スープの素	0.75	0.9	親鶏素焼きスライス	10	12	水菜	13	15.6	チンゲンサイ	17	20.4
			いりごま	0.5	0.6	キャベツ	25	30	上白糖	1.2	1.44	たまねぎ	65	78
						にんじん	5	6	米酢	2.3	2.76	トウバンジャン	0.08	0.1
			豚肉ももスライス	10	15	きゅうり	10	12	うすくちしょうゆ	2.4	2.88	うすくちしょうゆ	2	2.4
			にんじん	10	12	きくらげ	0.1	0.12				こいくちしょうゆ	1.2	1.44
			木綿豆腐	30	35	うすくちしょうゆ	4.56	5.47	塩蔵わかめ	1.2	1.3	三温糖	0.75	0.9
			突きこんにやく	20	25	米酢	4.3	5.16	なると	5	6	清酒	1	1.2
			ごぼう	10	11	上白糖	1.9	2.28	たまねぎ	12	14	オイスターソース	0.8	0.96
			だいこん	10	11	ごま油	0.6	0.72	にんじん	9	11	中華スープの素	0.5	0.6
			葉ねぎ	3.5	3.5				てまりふ	0.8	0.8	でんぷん	2	2.4
			みそ	7.2	7.5	ぽんかんM	1個	1個	葉ねぎ	3.5	3.5	ごま油	1	1.2
			煮干し	4	4				天外天塩	0.15	0.17			
									うすくちしょうゆ	4.2	4.3			
									出し昆布	0.6	0.6			
									削り節 3号だし	4	4			

26(月)			27(火)			28(水)			29(木)					
減量パン スパゲティナポリタン ツナサラダ			米飯 鶏肉のレモン風味 ひじきの煮物 豆腐のみそ汁			麦ご飯 カレーライス 海藻サラダ			米飯 魚(すずき)のごまみそだれ 小松菜の和え物 鶏団子のはりはり汁					
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
スパゲティ	45	50	鶏もも皮つき	50	60	豚肩ロース1.5cm角切り	30	35	すずき切身 50g	1切れ	1切れ			
オリーブ油	3	3.3	でんぷん	5	6	米ぬか油	0.3	0.3	天外天塩	0.1	0.1			
			米ぬか油	5	6	にんじん	20	22	清酒	0.5	0.5			
ポークウインナースライス	15	18	こいくちしょうゆ	4	4.8	たまねぎ	60	65	本みりん	2.5	2.5			
ベーコン	8	9.6	本みりん	1	1.2	じゃがいも	54	63	清酒	1.5	1.5			
たまねぎ	24	28.8	上白糖	2.5	3	マッシュルーム	4	5	みそ	2.5	2.5			
にんじん	9	10.8	水	2	2.4	給食用カレーフレーク	16	18	うすくちしょうゆ	0.8	0.8			
ピーマン	2.55	3.06	レモン果汁	1.2	1.44	ウスターソース	2	2.2	上白糖	0.5	0.5			
トマトホール缶	12	14.4				ケチャップ	2	2	いりごま	1.25	1.25			
ケチャップ	14	16.8	乾しひじき	2	2.4	りんご	3	3	水	3	3			
トマトピューレ	8	9.6	にんじん	6	7.2	赤ワイン	0.5	0.6	でんぷん	0.2	0.2			
ウスターソース	0.75	0.9	油揚げ(村上食品)	3	3.6	天外天塩	0.2	0.25	水	1	1			
上白糖	0.27	0.32	冷凍むき枝豆	5	6	ガラムマサラ	0.01	0.04						
天外天塩	0.1	0.12	米ぬか油	0.2	0.24	ココナッツミルク	2.5	3	こまつな	40	48			
こしょう	0.01	0.01	三温糖	0.8	0.96				にんじん	3	3.6			
パセリ	0.45	0.54	こいくちしょうゆ	2.1	2.52	蒸しささみ	15	18	上白糖	0.6	0.72			
米ぬか油	0.5	0.6	清酒	0.3	0.36	きゅうり	25	30	うすくちしょうゆ	1.76	2.11			
			本みりん	0.4	0.48	にんじん	3	3.6						
キャベツ	25	30	削り節 3号だし	0.5	0.6	うすくちしょうゆ	2.5	3	鶏つくね	30	35			
にんじん	5	6				米酢	2.1	2.52	水菜	20	24			
まぐろ油漬け	15	18	木綿豆腐	40	45	上白糖	0.9	1.08	もやし	15	18			
きゅうり	10	12	たまねぎ	20	24	ごま油	0.5	0.6	にんじん	9	11			
セロリー	2	2.4	にんじん	9	10.8	海藻ミックス	1.2	1.44	乾しいたけ	0.4	0.5			
いりごま	0.6	0.72	塩蔵わかめ	1.2	1.4				塩蔵わかめ	1.2	1.2			
うすくちしょうゆ	2.3	2.76	葉ねぎ	3.5	3.5				出し昆布	0.6	0.6			
米酢	2.6	3.12	出し昆布	0.6	0.6	米粒麦	9.7	12.5	削り節 3号だし	4	4			
上白糖	0.9	1.08	削り節 3号だし	4	4				天外天塩	0.12	0.13			
ごま油	0.45	0.54	みそ	7.25	7.4				うすくちしょうゆ	3.8	4			