



令和5年 2月のメニュー表



赤 血や肉・骨となる



黄 熱や力となる



緑 体の調子をよくする

日曜	献立名		材料名(昼)			日曜	献立名		材料名(昼)		
	昼食	おやつ	赤	黄	緑		昼食	おやつ	赤	黄	緑
1 水	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き(2ヶ) 青菜とイカの炒め物 ★ポテトサラダ えのきのすまし汁	★ピザトースト	鶏モモ肉 イカ ★白ハム ★たまご	ごはん じゃがいも ★マヨネーズ 大豆油 ごま油	にんじん たまねぎ 長ネギ チンゲン菜 はくさい きゅうり えのき ネギ	17 金	ごはん チンジャオロース風炒め しゅうまい(2ヶ) しいたけと油揚げのみそ汁	かりんとう饅頭 (2個)	豚コマ肉 油あげ しゅうまい	ごはん ごま油 かたくりこ	にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ きくらげ 干しいたけ ネギ
2 木	ごはん 春雨のチャブチェ風炒め ほうれん草のおかか和え 水ギョーザスープ(2ヶ)	★マーマレード スコーン	豚コマ肉 竹小町 水ギョーザ	ごはん はるさめ グラニュー糖 ごま油	にんじん たまねぎ ミックスピーマン 干しいたけ ほうれん草 キャベツ 長ネギ	18 土	あわごはん 魚の香草焼き 麩チャンプルー アオサ汁	★ミニカスタードパン	ホキ くるま麩 ★たまご ツナ 豆腐 アオサ	あわごはん オリーブ油 大豆油	にんじん キャベツ もやし ニラ
3 金	ごはん ★かぼちゃコロッケ ★パイヤイリチー 白菜のみそ汁 節分豆	★ココア蒸しパン	★ベーコン 油あげ 節分豆	ごはん ★かぼちゃコロッケ 大豆油	にんじん パパイア ニラ はくさい 干しいたけ ほうれん草 キャベツ 長ネギ	20 月	ごはん 豚肉のブルコギ炒め 大学芋 切り干し大根のナムル ごぼうのみそ汁	★チョコバナナ スコーン	豚コマ肉 ツナ 油あげ	ごはん ごま油 グラニュー糖	にんじん たまねぎ ピーマン インゲン さつま芋 切り干し大根 きゅうり ごぼう
4 土	★中華丼 大根のゆかり和え 小松菜としいたけのみそ汁	★ミニチョコチップ メロンパン	★うずら卵 豚コマ肉	ごはん ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ はくさい たけのこ 干しいたけ インゲン だいこん きゅうり こまつな	21 火	むぎごはん サバのみそ煮 ★ブロッコリーソテー ★スパゲティサラダ 小松菜のすまし汁	★りんご紅茶ケーキ	さば ★ベーコン ★白ハム ★たまご わかめ	むぎごはん スパゲティ ★マヨネーズ	にんじん たまねぎ ブロッコリー きゅうり とうもろこし こまつな
6 月	なめしごはん ★ホキの天ぷら ★キャベツのオイスター炒め 冬瓜と油揚げのみそ汁	★マーブルケーキ	ホキ ★たまご ★ウィンナー 油あげ	なめしごはん 小麦粉 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン とうがん	22 水	豆入りカレーライス 一口ササミフライ 大根の甘酢和え	ミニたいやき	豚ミンチ 一口ササミフライ	ごはん 大豆油 グラニュー糖	にんじん たまねぎ グリーンピース ひよこ豆 とうもろこし だいこん きゅうり
7 火	ごはん 豚肉のデミグラスソース煮 ★ビーフのごま酢和え コンソメスープ	★たこ焼き (3個)	豚コマ肉 ★カニカマ	ごはん かたくりこ 大豆油 ごま油	にんじん たまねぎ ブロッコリー きゅうり キャベツ とうもろこし パセリ	23 木	天皇誕生日				
8 水	ごはん ★チーズメンチカツ 大根のくず煮 ★ひじきのフレンチ和え 小松菜としいたけのすまし汁	★キャラメルクッキー	★チーズメンチカツ 豚ミンチ ★白ハム ★錦糸たまご ひじき	ごはん グラニュー糖 大豆油	にんじん だいこん ネギ きゅうり こまつな 干しいたけ	24 金	ごはん チキンの甘酢あんかけ(2ヶ) ごぼう炒め煮 ★卵入りそうめん汁	★レモンケーキ	鶏モモ肉 豚コマ肉 ★錦糸たまご	ごはん そうめん 糸こんにゃく グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン ごぼう ネギ
9 木	わかめごはん 魚の西京焼き ★冬瓜のそぼろあんかけ ★根菜とえだまめサラダ しいたけとさつま揚げのみそ汁	★ミニチーズドック (2本)	ホキ ひじき さつまあげ ★カニカマ 豚ミンチ ひじき	わかめごはん グラニュー糖 ★ゴマドレッシング	にんじん とうがん グリーンピース れんこん 干しいたけ	25 土	煮込みラーメン ぎょうざ ★春雨ときゅうりのごま酢和え	★ミニチョコパン	豚コマ肉 ぎょうざ ★カニカマ	中華麺 はるさめ グラニュー糖 ごま油	にんじん たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし レタス きゅうり
10 金	ごはん ★ピーマンの肉づめフライ ★にんじんシリシリー ★マカロニサラダ ほうれん草とじゃがいものみそ汁	★ミニクリームパン	★たまご ツナ ★マヨネーズ	ごはん ★ピーマンの肉づめ マカロニ じゃがいも	にんじん たまねぎ ニラ きゅうり ほうれん草 干しいたけ	27 月	ごはん 豚肉のしょうが焼き がんものあんかけ じゃがいものみそ汁 パイン缶	★ウィンナーロール	豚コマ肉 がんもどき わかめ	ごはん じゃがいも 大豆油	にんじん たまねぎ キャベツ インゲン パイン缶
11 土	建国記念日					28 火	お別れ遠足(お弁当)	いなりずし	三枚肉 ★大丸かまぼこ ツナ	沖縄そば ちんすこう グラニュー糖	にんじん たまねぎ はくさい 長ネギ ネギ なのはな
13 月	ごはん チキンの照り焼き(2ヶ) ★ゴーヤーチャンプルー フルーツカクテル 里芋のみそ汁	★くずもち (2個)	鶏モモ肉 ★ウィンナー ★たまご 沖縄豆腐	ごはん さといも	にんじん たまねぎ ゴーヤー フルーツカクテル 長ネギ	14 火	タコライス ハートコロッケ ★きゅうりとカニカマサラダ ほうれん草のコンソメスープ	★チョコカップケーキ	豚ミンチ 牛ミンチ ★カニカマ わかめ	ごはん ハートのコロッケ	にんじん たまねぎ とうもろこし トマト缶 きゅうり ほうれん草 レタス
15 水	ゆかりごはん サバの塩焼き ひじき炒め煮 菜の花の和え物 絹ごし豆腐のみそ汁	★今川焼き (カスタード)	さば ひじき 竹小町 さつまあげ 豆腐 わかめ	ゆかりごはん 通しコンニャク ごま油 大豆油	にんじん 干しいたけ なのはな	16 木	★食パン いちごジャム ★クリームシチュー 白身魚フライ ツナサラダ	★マンゴーゼリー	鶏モモ肉 ★牛乳 ★シチュー用 白身魚フライ ツナ	★食パン いちごジャム グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ レタス



※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)



令和5年 2月のメニュー表



《アレルギー園児用》

日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品	日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品
1 水	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き(2ヶ) 青菜とイカの炒め物 ★ポテトサラダ えのきのすまし汁	(卵・乳) ポテトサラダ ⇒ 白ハム・卵抜き、卵不使用マヨネーズ	★ピザトースト 乳抜きピザトースト	17 金	ごはん チンジャオロース風炒め しゅうまい(2ヶ) しいたけと油揚げのみそ汁		かりんとう饅頭 (2個)
2 木	ごはん 春雨のチャブチェ風炒め ほうれん草のおかか和え 水ギョーザスープ(2ヶ)		★マーメイド スコーン 乳抜きスコーン	18 土	あわごはん 魚の香草焼き 麩チャンプルー アオサ汁	19日は食育の日	★ミニカスタードパン ジャムパン
3 金	ごはん ★かぼちゃコロッケ ★パイパイリチー 白菜のみそ汁 節分豆	(乳) かぼちゃコロッケ ⇒ 乳抜きコロッケ (卵・乳) パイパイリチー ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加	★ココア蒸しパン 乳抜きココア蒸しパン	20 月	ごはん 豚肉のブルコギ炒め 大学芋 切り干し大根のナムル ごぼうのみそ汁		★チョコバナナスコーン 乳抜きチョコバナナスコーン
4 土	★中華丼 大根のゆかり和え 小松菜としいたけのみそ汁	(卵) 中華丼 ⇒ うずら卵抜き	★ミニチョコチップメロンパン ジャムパン	21 火	むぎごはん サバのみそ煮 ★ブロッコリーソテー ★スパゲティサラダ 小松菜のすまし汁	(卵・乳) ブロッコリーソテー ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加 (卵・乳) スパゲティサラダ ⇒ 白ハム・卵抜き、卵不使用マヨネーズ	★りんご紅茶ケーキ 卵抜きりんご紅茶ケーキ
6 月	なめしごはん ★ホキの天ぷら ★キャベツのオイスター炒め 冬瓜と油揚げのみそ汁	(卵) ホキの天ぷら ⇒ 卵抜き衣使用 (乳) キャベツのオイスター炒め ⇒ ウィンナー抜き	★マーブルケーキ 卵・乳抜きマーブルケーキ	22 水	豆入りカレーライス 一口ササミフライ 大根の甘酢和え	2月お誕生日会(給食)	ミニたいやき
7 火	ごはん 豚肉のデミグラスソース煮 ★ビーフのごま酢和え コンソメスープ	(卵・乳) ビーフのごま酢和え ⇒ カニカマ抜き	★たこ焼き(3個) 卵抜きヒラヤーチー	23 木	<h2 style="font-size: 2em;">天皇誕生日</h2>		
8 水	ごはん ★チーズメンチカツ 大根のくず煮 ★ひじきのフレンチ和え 小松菜としいたけのすまし汁	(卵・乳) チーズメンチカツ ⇒ ごまみそチキンカツ (卵・乳) ひじきのフレンチ和え ⇒ 白ハム・錦糸卵抜き	★キャラメルクッキー 乳抜きキャラメルクッキー	24 金	ごはん チキンの甘酢あんかけ(2ヶ) ごぼう炒め煮 ★卵入りそうめん汁	(卵) 卵入りそうめん汁 ⇒ 錦糸卵抜き	★レモンケーキ 卵・乳抜きレモンケーキ
9 木	わかめごはん 魚の西京焼き ★冬瓜のそぼろあんかけ ★根菜とえだまめサラダ しいたけとさつま揚げのすまし汁	(卵・乳) 冬瓜のそぼろあんかけ ⇒ カニカマ抜き (卵) 根菜とえだまめサラダ ⇒ 手作りドレッシング	★ミニチーズドック(2本) 卵・乳抜きミニチーズドック	25 土	煮込みラーメン ぎょうざ ★春雨ときゅうりのごま酢和え	(卵・乳) 春雨ときゅうりのごま酢和え ⇒ カニカマ抜き	★ミニチョコパン ジャムパン
10 金	ごはん ★ピーマンの肉づめフライ ★にんじんシリシリー ★マカロニサラダ ほうれん草とじゃがいものみそ汁	★ピーマンの肉づめフライ ⇒ ごまみそチキンカツ代替 (卵) 人参シリシリー ⇒ 卵抜き (卵) マカロニサラダ ⇒ 卵不使用マヨネーズ	★ミニクリームパン ジャムパン	27 月	ごはん 豚肉のしょうが焼き がんものあんかけ じゃがいものみそ汁 パイン缶		★ウィンナーロール 乳抜きウィンナーロール
11 土	<h2 style="font-size: 2em;">建国記念日</h2>			28 火	<h2 style="font-size: 1.5em;">お別れ遠足(お弁当)</h2>		いなり寿司
13 月	ごはん チキンの照り焼き(2ヶ) ★ゴーヤーチャンプルー フルーツカクテル 里芋のみそ汁	(卵・乳) ゴーヤーチャンプルー ⇒ ウィンナー・卵抜き、ツナ追加	くずもち	<h2 style="font-size: 1.5em;">Happy Valentine's Day</h2>			
14 火	タコライス ハートコロッケ ★きゅうりとカニカマサラダ ほうれん草のコンソメスープ	(卵・乳) きゅうりとカニカマサラダ ⇒ カニカマ抜き	★チョコカップケーキ 乳抜きチョコカップケーキ				
15 水	ゆかりごはん サバの塩焼き ひじき炒め煮 菜の花の和え物 絹ごし豆腐のみそ汁		★今川焼き 卵・乳抜きホットサンド				
16 木	★食パン いちごジャム ★クリームシチュー 白身魚フライ ツナサラダ	(乳) 食パン ⇒ 乳抜き食パン (乳) クリームシチュー ⇒ 乳抜き食パンルウ	マンゴーゼリー				
<p>※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。 ★アレルギー食品(卵・乳製品使用)</p>							