

平成31年



2月のこんだて

ミルキーホーム本八幡きた園

		昼食	材料	10時のおやつ 3時のおやつ
1	金	恵方巻ロール	食パン バター いちごジャム	牛乳
15		ポトフ風 キャベツサラダ 果物	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 塩 キャベツ 人参 胡瓜 マヨ 塩 酢 果物	牛乳 洋風おにぎり
3才未満児:267kcal				250kcal
2	土	トマトツナスパゲッティー	スパゲッティー 玉葱 小松菜 ツナ缶 ホールトマト ケッチャップ 油	牛乳
16		粉ふき芋 野菜スープ 果物	じゃが芋 青のり 塩 鶏ひき肉 キャベツ 玉葱 きのこ 人参 塩 洋風だしの素 果物	牛乳 おにぎり
3歳未満児:278kcal				230kcal
4	月	ごはん 鶏肉の磯辺焼き	米 鶏肉 小麦粉 青のり 醤油 みりん 油	牛乳
18		切干大根 味噌汁 果物	切干大根 人参 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 小松菜 玉葱 味噌 果物	牛乳 南瓜茶巾
3才未満児:265kcal				218kcal
5	火	ごはん 高野豆腐の煮物	米 高野豆腐 人参 玉葱 きのこ 砂糖 醤油	牛乳
19		キャベツのカレー和え 味噌汁 果物	キャベツ カレー粉 醤油 白ごま 玉葱 ほうれん草 味噌 果物	牛乳 ホットケーキ
3才未満児:272kcal				224kcal
6	水	中華風じゃこごはん	米 しらす干し 人参 小松菜 ごま油 砂糖 醤油	牛乳
20		もやし炒め 胡麻酢和え 中華スープ 果物	もやし 豚肉 人参 玉葱 きのこ 塩 ごま油 醤油 キャベツ 人参 塩 ごま 砂糖 醤油 塩 酢 わかめ 万能葱 果物	牛乳 スイートポテト
3才未満児:256kcal				251kcal
7	木	ごはん 炒り豆腐	米 豆腐 人参 玉葱 豚肉 きのこ 生姜 醤油 砂糖 片栗粉	牛乳
21		おかか和え 味噌汁 果物	白菜 かつお節 醤油 玉葱 人参 味噌 果物	牛乳 ヨーグルト フルーツ
3才未満児:269kcal				167kcal
8	金	ハヤシライス	米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 油 ハヤシルウ	牛乳
22		キャベツの和風サラダ スープ 果物	キャベツ 人参 胡瓜 油 酢 醤油 塩 きのこ 玉葱 果物	牛乳 蒸しパン
3才未満児:300kcal				250kcal
9	土	中華丼	米 白菜 葱 人参 きのこ 豚肉 生姜 ごま油 中華スープ 塩	牛乳
23		もやしとわかめのナムル チキンスープ 果物	醤油 砂糖 片栗粉/ もやし 人参 わかめ ごま油 胡麻 醤油 鶏ひき肉 玉葱 人参 きのこ 水 洋風だしの素 塩 果物	牛乳 焼おにぎり
3才未満児:321kcal				240kcal
25	月	ごはん おでん	米 生揚げ 鶏肉 大根 人参 醤油 みりん	牛乳
		白菜のごま和え 味噌汁 果物	白菜 人参 ごま 砂糖 醤油 小松菜 長葱 味噌 果物	牛乳 米粉チヂミ
3才未満児:280kcal				230kcal
12	火	ごはん 魚のムニエル	米 魚 バター 塩 小麦粉 油	牛乳
26		キャベツサラダ スープ 果物	キャベツ 胡瓜 人参 油 酢 マヨ 砂糖 じゃが芋 玉葱 果物	牛乳 和風おにぎり
3才未満児:274kcal				240kcal
13	水	カレーライス	米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 油 カレールウ	牛乳
27		大根とツナのサラダ 野菜スープ	大根 人参 胡瓜 コーン ツナ 醤油 塩 砂糖 玉葱 人参 キャベツ 果物	牛乳 オレンジゼリー
3才未満児:290kcal				160kcal
14	木	鮭ごはん	米 鮭 ごま 塩	牛乳
28		里芋のそぼろ煮 白菜の塩漬け 清し汁 果物	里芋 豚挽肉 砂糖 醤油 片栗粉 白菜 人参 塩 小松菜 麩 果物	牛乳 カップケーキ(リンゴ)
3才未満児:241kcal				271kcal



☆ 仕入れ食材の都合により献立が変更となる場合があります。ご了承ください。

☆ 塩は食塩を使用します。油は植物油を使用します。

