



2 月 の 給 食



献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	献立	食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
1	金 あんかけうどん 鰯のかば焼き 白菜の煮浸し	うどん・鶏肉・かぼちゃ・しいたけ・しめじ・えのき・白ねぎ・淡口醤油・みりん・片栗粉・しいたけ戻し汁・だし 鰯・生姜・酒・片栗粉・濃口醤油・砂糖 白菜・人参・うす揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし	米 豚もも肉・玉ねぎ・じゃが芋・パプリカ・人参・しいたけ・片栗粉・砂糖・塩・酒・酢・淡口醤油・ケチャップ・ごま油・油 ほうれん草・コーン・刻みのり・淡口醤油・だし レタス・豆苗・コンソメ	木葉せんべい 牛乳	ベビータノン	韓国風海苔巻(手づくり) 幼児牛乳	18 月 ご飯 ポークビーンズ 小松菜とじゃこのおひたし かぼちゃと白菜のみそ汁	米 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大豆水煮・トマト水煮・酒・砂糖・淡口醤油・ケチャップ・油 小松菜・えのき・コーン・じゃこ・淡口醤油・だし かぼちゃ・白菜・青ねぎ・みそ・だし	こめおこし 牛乳	スティックチーズ 幼児牛乳	エースコイン 幼児牛乳	
2	土 クッキングカレー クッキングサラダ	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・大根・じゃが芋・しめじ・ほうれん草・カレールウ・スキムミルク・油 キャベツ・白菜・人参・ブロッコリー・コーン・フレンチドレッシング	米 鰯・大根・生姜・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・片栗粉 千切大根・水菜・塩昆布・ごま・ポン酢・ごま油 れんこん・里芋・人参・ねぎ・みそ・だし	星っこ 牛乳	ミニゼリー	ミレービスケット 幼児牛乳	19 火 ご飯 ぶり大根 人参サラダ あおさみそ汁	米 鰯・大根・生姜・砂糖・酒・みりん・淡口醤油 人参・もやし・ほうれん草・コーン・濃口醤油・酢・ごま油・砂糖 あおさ・豆腐・玉ねぎ・みそ・だし	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	りんごのヨーグルト和え(手作り) ﾌﾞﾗｯｸﾞﾘｯﾌﾟ・りんご・ｽｷﾞﾈｯﾄ・砂糖 幼児牛乳	
4	月 ご飯 酢豚 ほうれん草の磯和え レタススープ	米 豚もも肉・玉ねぎ・じゃが芋・パプリカ・人参・しいたけ・片栗粉・砂糖・塩・酒・酢・淡口醤油・ケチャップ・ごま油・油 ほうれん草・コーン・刻みのり・淡口醤油・だし レタス・豆苗・コンソメ	米 鰯・大根・生姜・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・片栗粉 千切大根・水菜・塩昆布・ごま・ポン酢・ごま油 れんこん・里芋・人参・ねぎ・みそ・だし	きなこせんべい 牛乳	おさかなソーセージ	ポップコーン 幼児牛乳	20 水 ★鶏ささみのごまパスタ ちくわの磯辺揚げ 青梗菜ともやしのスープ	スバゲティ・鶏ささみ・小松菜・人参・しめじ・青ねぎ・いりごま・淡口醤油・酒・塩・こしょう・ごま油 ちくわ・青のり・小麦粉・油 青梗菜・もやし・玉ねぎ・片栗粉・鶏ガラスープ	木葉せんべい 牛乳	いちごヨーグルト	じゃこおにぎり(手作り) 米・じゃこ・淡口醤油 幼児牛乳	
5	火 ご飯 鯖のみぞれ煮 ★千切大根と水菜のサラダ 根菜のみそ汁	米 鰯・大根・生姜・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・片栗粉 千切大根・水菜・塩昆布・ごま・ポン酢・ごま油 れんこん・里芋・人参・ねぎ・みそ・だし	米 鰯・大根・生姜・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・片栗粉 千切大根・水菜・塩昆布・ごま・ポン酢・ごま油 れんこん・里芋・人参・ねぎ・みそ・だし	ベジタブルせんべい 牛乳	ブルーベリーヨーグルト	ふかしいも(手作り) さつまいも 幼児牛乳	21 木 ご飯 鯖の塩焼き キャベツとがんもの煮物 呉汁	米 鯖・酒・塩 がんも・キャベツ・人参・淡口醤油・砂糖・みりん・だし 大根・ごぼう・人参・里芋・板こんにゃく・大豆水煮・ねぎ・みそ・だし・油	星っこ 牛乳	もも缶	ばりんこ 幼児牛乳	
6	水 ハヤシライス コールスローサラダ 小松菜とえのきのスープ	雑穀米・牛肉・玉ねぎ・えりんぎ・人参・トマト缶・ハヤシフレーク・とろけるハヤシ・油 キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング 小松菜・えのき・鶏ガラスープ	米 鰯・大根・生姜・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・片栗粉 千切大根・水菜・塩昆布・ごま・ポン酢・ごま油 れんこん・里芋・人参・ねぎ・みそ・だし	ミニわかめちゃん 牛乳	ミニゼリー	サンドウィッチ(手作り) 食パン・木綿豆腐・ツナ水煮・チーズ・マヨネーズ 幼児牛乳	22 金 牛肉炒めライス えびフライ 蒸し野菜 レタスと椎茸のスープ	米・牛肉・青ねぎ・生姜・にんにく・ウスターソース・パイヨン・油 ブラックタイガー・小麦粉・塩・パン粉・油 ブロッコリー・人参 レタス・しいたけ・コーン・コンソメ	きなこせんべい 牛乳	ミニゼリー	パンケーキ(手作り) ﾊﾞﾝ・ｷｯｸｽ・卵・ﾒｰﾌﾟﾙｼﾞｯﾌﾟ・油 幼児牛乳	
7	木 ご飯 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 貝だくさんみそ汁	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	おさつでボン 牛乳	りんご	ムーンライト 幼児牛乳	23 土 白いパン/カスタード おさかなソーセージ バナナ ミネストローネ2	白いパン/カスタード おさかなソーセージ バナナ じゃが芋・人参・ウィンナー・三度豆・玉ねぎ・マカロニ・トマトピューレ・トマト水煮缶・コンソメ・砂糖	ベジタブルせんべい 牛乳		ぼたぼた焼き 幼児牛乳	
8	金 ご飯 絹揚げのみそ炒め ブロッコリーの酢の物 かき玉汁	米 絹揚げ・人参・玉ねぎ・ピーマン・じゃが芋・みそ・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・油 ブロッコリー・酢・水・砂糖 卵・しめじ・青ねぎ・片栗粉・淡口醤油・だし	米 絹揚げ・人参・玉ねぎ・ピーマン・じゃが芋・みそ・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・油 ブロッコリー・酢・水・砂糖 卵・しめじ・青ねぎ・片栗粉・淡口醤油・だし	こめおこし 牛乳	ミニゼリー	つなっこ 幼児牛乳	25 月 ご飯 ひきすり もやしの中華和え じゃが芋とニラのみそ汁	米 鶏肉・焼き豆腐・餅麩・かまぼこ・系こんにゃく・白菜・白ネギ・濃口醤油・淡口醤油・酒・砂糖・みりん・油 もやし・豆苗・人参・濃口醤油・酢・ごま油 じゃが芋・玉ねぎ・ニラ・みそ・だし	ミニわかめちゃん 牛乳	おさかなソーセージ	麩のラスク(手作り) 麩・バター・砂糖・グラニュー糖 幼児牛乳	
9	土 黒糖ロール おさかなソーセージ バナナ クリームシチュー2	黒糖ロール おさかなソーセージ バナナ 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・クリームシチュー・スキムミルク・油	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	木葉せんべい 牛乳		胚芽スティック 幼児牛乳	26 火 麦ロール チリコンカン 花サラダ 豆乳きのこスープ	麦ロール 大豆水煮・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・トマトケチャップ・ウスターソース・片栗粉・油 ブロッコリー・カリフラワー・コーン・フレンチドレッシング しめじ・まいたけ・春菊・豆乳・コンソメ	おさつでボン 牛乳	ベビータノン	★中華粥(手作り) 米・卵・鶏ガラスープ 幼児牛乳	
11	月	建国記念日					27 水 ご飯 いも煮 ブロッコリーのおかか和え ★どんがら汁	米 里芋・牛肉・板こんにゃく・人参・白ネギ・濃口醤油・酒・砂糖・だし ブロッコリー・ほうれん草・コーン・かつお節・濃口醤油 鰯・大根・豆腐・人参・青ねぎ・みそ・だし	こめおこし 牛乳	スティックチーズ	チョイス 幼児牛乳	
12	火 麦ロール 鶏の竜田揚げ ブロッコリーとわかめの和え物 クラムチャウダー	麦ロール 鶏肉・生姜・にんにく・酒・淡口醤油・みりん・片栗粉・塩・油 ブロッコリー・わかめ・じゃこ・濃口醤油・酢・砂糖 ベーコン・ほたて・玉ねぎ・じゃが芋・人参・チャウダーの素・スキムミルク・パセリ	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	ふわふわチップ 牛乳	おさかなソーセージ	アスパラガス 幼児牛乳	28 木 ご飯/梅干し(幼児) ★ししゃもの唐揚げ 小松菜とキャベツの煮浸し 貝だくさんみそ汁	米 / 梅干し(幼児) ししゃも・片栗粉・塩・こしょう・油 小松菜・キャベツ・人参・かつお節・淡口醤油・砂糖・みりん・だし ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	木葉せんべい 牛乳	みかん缶	源氏パイ 幼児牛乳	
13	水 ご飯 鯖のごま風味焼き 小松菜としめじのおひたし さつま汁	米 鯖・淡口醤油・みりん・酒・ごま 小松菜・しめじ・もやし・濃口醤油・だし・塩 さつま芋・人参・大根・板こんにゃく・長ネギ・平天・みそ・だし	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	星っこ 牛乳	ミニゼリー	マカロニきなこ(手作り) マカロニ・きなこ・砂糖・塩 幼児牛乳	※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1～2歳児のみの提供です。 ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。	27 水 いも煮 ブロッコリーのおかか和え ★どんがら汁	米 里芋・牛肉・板こんにゃく・人参・白ネギ・濃口醤油・酒・砂糖・だし ブロッコリー・ほうれん草・コーン・かつお節・濃口醤油 鰯・大根・豆腐・人参・青ねぎ・みそ・だし	こめおこし 牛乳	スティックチーズ	チョイス 幼児牛乳
14	木 けんちんうどん 春巻き ひじきとツナのサラダ	うどん・豚肉・焼き豆腐・大根・ごぼう・人参・里芋・ちくわ・だし・淡口醤油・みりん・ごま油・だし 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 ひじき・ツナ缶・きゅうり・人参・マヨネーズ・酢	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	ベジタブルせんべい 牛乳	ベビータノン	チーズおにぎり(手作り) 米・チーズ・コーン・かつお節・酒 幼児牛乳	27 水 いも煮 ブロッコリーのおかか和え ★どんがら汁	米 里芋・牛肉・板こんにゃく・人参・白ネギ・濃口醤油・酒・砂糖・だし ブロッコリー・ほうれん草・コーン・かつお節・濃口醤油 鰯・大根・豆腐・人参・青ねぎ・みそ・だし	こめおこし 牛乳	スティックチーズ	チョイス 幼児牛乳	
15	金 ご飯 鮭の照り焼き 千切大根の煮物 かき玉みそ汁	米 鮭・濃口醤油・砂糖・みりん・酒・油 千切大根・うす揚げ・人参・三度豆・だし・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 卵・ほうれん草・玉ねぎ・しめじ・片栗粉・みそ・だし	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	かまぼこチップス 牛乳	スティックチーズ	みかん 幼児牛乳	27 水 いも煮 ブロッコリーのおかか和え ★どんがら汁	米 里芋・牛肉・板こんにゃく・人参・白ネギ・濃口醤油・酒・砂糖・だし ブロッコリー・ほうれん草・コーン・かつお節・濃口醤油 鰯・大根・豆腐・人参・青ねぎ・みそ・だし	こめおこし 牛乳	スティックチーズ	チョイス 幼児牛乳	
16	土 豚ひき肉の春雨丼2 ブロッコリーの塩昆布和え2	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・ウェイパー・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 ブロッコリー・塩昆布・ごま油	米 鰯・酒・塩 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 ほうれん草・かぼちゃ・白菜・長ネギ・みそ・だし	ミニわかめちゃん 牛乳	ミニゼリー	麦ふぁ～バナナ 幼児牛乳	27 水 いも煮 ブロッコリーのおかか和え ★どんがら汁	米 里芋・牛肉・板こんにゃく・人参・白ネギ・濃口醤油・酒・砂糖・だし ブロッコリー・ほうれん草・コーン・かつお節・濃口醤油 鰯・大根・豆腐・人参・青ねぎ・みそ・だし	こめおこし 牛乳	スティックチーズ	チョイス 幼児牛乳	

“今月の郷土料理” 「いも煮」「どんがら汁」～山形～

山形の芋煮会として有名ないも煮は、江戸は昔の収穫祭や地域祭でよく振る舞われていました。内容は里芋、こんにゃく、きのこ、季節の野菜などをふんだんに用い、地方々でスープのベースや肉の種類が変わります。またどんがら汁は冬の風物詩である真鱈を内蔵や骨ごとブツ切りにし、あらぶわた(内臓)から出るコクのある味を楽しみます。残念ながら保育園では内臓や骨は使用しませんが、ぜひご家庭で真鱈を手に入れた際にはすべてお汁に入れてみてください。

