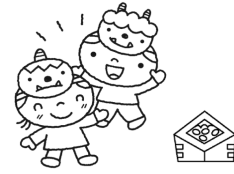




# 2月献立表



2019年02月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 金	ごはん 厚揚げそぼろ煮 おかかかえ 鶏肉スープ	豆菓子 保育乳 寿司おにぎり	保育乳、厚揚げ、鶏もも肉、豚ひき肉、大豆水煮、○油揚げ、みそ○豆菓子	○米、米、○三温糖、油、○白ごま、砂糖	だいこん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、○にんじん、たけのこ(ゆで)、ピーマン、長ねぎ、○ひじき、しょうが、○味付けのり
2 土	五目ごはん わかめスープ 	保育乳 パンプディング	沖縄豆腐、ツナ油漬缶、○保育乳、○卵	米、○食パン、○バター、○三温糖	にんじん、しめじ、ねぎ、ひじき、カットわかめ
4 月	ごはん 高野豆腐のトマト焼き ごま和え 鶏肉スープ	保育乳 ストーンクッキー オレンジ	保育乳、鶏もも肉、調製豆乳、チーズ、高野豆腐、ちくわ、○卵、豚ひき肉、○牛乳	米、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○コーンフレーク、油、砂糖、白ごま、片栗粉	○オレンジ、たまねぎ、トマト水煮缶、こまつな、だいこん、キャベツ、にんじん、ねぎ、○レーズン、にんにく
5 火	ごはん 魚のみそ焼き クープイリチー 豆腐みそ汁	保育乳 りんご蒸しケーキ バナナ	保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、みそ、○調製豆乳、三枚肉、○卵	米、○ホットケーキ粉、○三温糖、こんにゃく、○油、砂糖、油、白ごま、ごま油	○バナナ、○りんご、にんじん、こまつな、しめじ、刻みこんぶ、切り干しだいこん
6 水	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 大根みそ汁	保育乳 田芋スウィートポテト タンカン	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、○卵、ツナ油漬缶	米、○さつまいも、○田芋、○三温糖、○無塩バター、○生クリーム、押麦、砂糖、油、片栗粉	○タンカン、だいこん、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
7 木	そぼろ(四色)どんぶり 五目きんぴら オレンジ	保育乳 チヂミ パン缶	保育乳、卵、○調製豆乳、豚ひき肉、豚肉、○しらす干し	米、○小麦粉、○上新粉、油、白ごま、○三温糖、○ごま油	にんじん、こまつな、オレンジ、○パン缶、ごぼう、○コーン缶、○にら、黒きくらげ、しょうが
8 金	インディアンスパゲティ キャベツの昆布和え 大根スープ	保育乳 青菜シラスおにぎり	保育乳、調製豆乳、豚肉、ちくわ、油揚げ、○しらす干し	○米、スパゲティ、無塩バター、小麦粉、○白ごま、油	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、○大根葉ふりかけ、しめじ、きゅうり、ピーマン、塩こんぶ、にんにく、カットわかめ
9 土	マーボー豆腐どんぶり オレンジ 	保育乳 ホットケーキ	沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ、○保育乳	米、油、○三温糖、○ホットケーキミックス粉、○バター	オレンジ、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく
11 月	 <b>建国記念の日</b> 				
12 火	ごはん 鶏肉と厚揚げケチャップ煮 おかかかえ 大根スープ	保育乳 ごまちゃんすこう オレンジ	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、大豆水煮	米、○小麦粉、○三温糖、○ラード、油、○白ごま	○オレンジ、たまねぎ、だいこん、にんじん、キャベツ、こまつな、えのきたけ、カットわかめ
13 水	あわごはん タンドリーチキン 春雨チャンプルー わかめスープ	保育乳 かぼちゃスコーン 黄桃	保育乳、鶏もも肉、プレーンヨーグルト、豚肉、油揚げ、○卵	米、パン粉、はるさめ、あわ、油、○強力粉、○バター、○三温糖	○もも缶、キャベツ、こまつな、えのきたけ、にんじん、たまねぎ、にんにく、カットわかめ、○かぼちゃ
14 木	ウッチンライス ミートローフ 野菜ソテー ポテトスープ	保育乳 マーマレードケーキ	保育乳、豚ひき肉、○卵、卵、○牛乳	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖、○生クリーム、パン粉、○砂糖、砂糖、すりごま、油、片栗粉	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、○マーマレード、ねぎ、グリーンピース
15 金	ごはん マーボー豆腐 ナムル 大根スープ	保育乳 シラス根菜かき揚げ タンカン	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚げ、みそ、ツナ油漬缶、○しらす干し	米、○さつまいも、○小麦粉、○油、油、三温糖、ごま油、砂糖、片栗粉	○タンカン、だいこん、にんじん、長ねぎ、もやし、こまつな、たけのこ(ゆで)、○ごぼう、○コーン缶、干しいたけ、にんにく
16 土	煮込みうどん パン缶 	保育乳 ホットケーキ	豚肉、○保育乳	ゆでうどん、○三温糖、○ホットケーキミックス粉、○バター	○パン缶、キャベツ、にんじん、長ねぎ、干しいたけ
18 月	麦ごはん 昆布納豆 切干し大根と豚肉の炒め物 鶏と島人参みそ汁	保育乳 大学いも りんご	保育乳、挽きわり納豆、豚肉、鶏もも肉、沖縄豆腐、みそ	○さつまいも、米、○砂糖、押麦、○油、○黒ごま	○りんご、だいこん、島にんじん、もやし、にんじん、ほうれんそう、コーン缶、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ、塩こんぶ
19 火	カレーライス ウィンナー キャベツ昆布和え	保育乳 じゃこトースト	保育乳、豚肉、ウィンナー、○ピザ用チーズ、ちくわ、○しらす干し	米、○食パン、じゃがいも、○マヨネーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、○たまねぎ、ピーマン、○コーン缶、塩こんぶ
20 水	中華どんぶり ナムル オレンジ	保育乳 オートミールクッキー パン缶	保育乳、豚肉、白身魚(キング)、○卵、ツナ油漬缶、○牛乳	米、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂糖、○オートミール、砂糖、ごま油、○黒ごま、片栗粉、油	オレンジ、○パン缶、にんじん、こまつな、ヤングコーン、赤ピーマン、きゅうり、切り干しだいこん、黒きくらげ、しょうが
21 木	<b>お弁当会</b>				
22 金	肉わかめうどん ちくわイソベ揚げ ごま和え	保育乳 カレーおにぎり	保育乳、豚肉、ちくわ、○豚ひき肉	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、すりごま	○たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、○にんじん、○ピーマン、ねぎ、カットわかめ、あおのり、だしこんぶ
23 土	もずくどんぶり 黄桃 	蒸しカステラ 保育乳	豚ひき肉、○保育乳	米、片栗粉、砂糖、○三温糖、○ホットケーキミックス粉、○バター	もも缶、もずく、コーン缶、ピーマン、赤ピーマン、しょうが
25 月	あわごはん 鶏手羽みそ煮 ブロッコリーごま和え ポテトスープ	保育乳 マカロニのトマト煮	保育乳、鶏手羽肉、○豚ひき肉、油揚げ、みそ、○粉チーズ	米、じゃがいも、○マカロニ、あわ、○油、砂糖、すりごま、○砂糖	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、○トマトペースト、○たまねぎ、○にんにく
26 火	ごはん 沖縄風煮付け 青菜みそ汁 しらす佃煮	保育乳 芋てんぷら タンカン	保育乳、厚揚げ、ウィンナー、みそ、しらす干し	○さつまいも、米、○小麦粉、○揚げ油、白ごま、砂糖	○タンカン、だいこん、こまつな、にんじん、えのきたけ、こんぶ
27 水	ごはん 魚の酢豚風 春雨サラダ キャベツスープ	保育乳 チョコスコーン いちご	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、○プレーンヨーグルト、○卵	米、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、はるさめ、砂糖、揚げ油、片栗粉、ごま油	いちご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、えのきたけ、パン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ
28 木	ごはん 豚と野菜しょうが焼き ポテトフライ 豆腐スープ	保育乳 あずきのケーキ りんご	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○ゆであずき缶、○卵、○牛乳、○きな粉	じゃがいも、米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、揚げ油、油、○砂糖、三温糖、片栗粉	○りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、長ねぎ、しょうが、カットわかめ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります