



ランチメニュー



H30.2 桜木保育園

日 曜	昼 食	使っている主な材料				
		朝おやつ おやつ	朝おやつ材料 おやつ材料	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1 木	ごはん 豆腐入り卵焼き いんげんのごま和え 豚汁	ばかうけ 牛乳 コーンフレーク 牛乳	ばかうけ 牛乳 コーンフレーク コーンフレークシュガー味、レーズン 牛乳	豆腐,卵,豚ミンチ 豚肉,味噌	人参,椎茸,青ねぎ いんげん,人参 大根,人参,ごぼう,青ねぎ	米 キャノーラ油,きび砂糖 白ごま,きび砂糖 さつま芋,こんにやく
2 金	おにっこライス 大根サラダ 南瓜とほうれん草のスープ	ぼたぼた焼 牛乳 福ポーロ 芋ぜんざい お茶	ぼたぼた焼 牛乳 きな粉ポーロ さつま芋,水,小豆,きび砂糖,塩 お茶	豚肉,ウインナー,黒豆 ツナ缶	たまねぎ,人参,キャベツ,人参,コーン 大根,人参,きゅうり 南瓜,ほうれん草	米,キャノーラ油,中華そば キャノーラ油 キャノーラ油,きび砂糖
3 土	そぼろ丼 豆腐とわかめの味噌汁	ぼりんこ 牛乳 ポップコーン 牛乳	ぼりんこ 牛乳 ポップコーン,キャノーラ油,塩 牛乳	豚ミンチ 豆腐,わかめ,味噌	たまねぎ,人参,コーン,いんげん,土生姜 青ねぎ	米,キャノーラ油,きび砂糖
5 月	チキンライス ブロッコリーサラダ キャベツとじゃが芋のスープ	きな粉せんべい 牛乳 手作りプリン 牛乳	きな粉餅 牛乳 卵,きび砂糖,牛乳 きび砂糖,水 牛乳	鶏肉	たまねぎ,人参,コーン,ピーマン ブロッコリー,人参 キャベツ,パセリ	米,キャノーラ油 マヨドレ じゃがいも
6 火	ごはん 豚肉の生姜炒め 竹輪の天ぷら 卵入り中華コーンスープ	ハッピーターン 牛乳 中華粥 お茶	ハッピーターン 牛乳 米,水,ブイヨン,塩,青ねぎ,白ごま ささみ お茶	豚肉 ちくわ 卵	キャベツ,たまねぎ,人参,土生姜,ピーマン コーンクリーム缶,青ねぎ	米 きび砂糖,キャノーラ油 小麦粉,キャノーラ油 片栗粉
7 水	麦ごはん さばの味噌煮 ひじきサラダ にゅうめん	たべっこベイビー 牛乳 プチプチクッキー 牛乳	たべっこベイビー 牛乳 アマランサス,小麦粉,レーズン きび砂糖,キャノーラ油,バター 牛乳	サバ,味噌 ひじき	土生姜,ほうれん草 きゅうり,人参,コーン しめじ,青ねぎ	米,押麦 きび砂糖 小麦粉,キャノーラ油 片栗粉 そうめん
8 木	ごはん 鶏肉の唐揚げ 小松菜のお浸し 味噌汁	ばかうけ 牛乳 きな粉ラスク いよかん 牛乳	ばかうけ 牛乳 バゲット,きび砂糖,きな粉,バター いよかん 牛乳	鶏肉 味噌	土生姜,にんにく,人参 小松菜,はくさい,人参 白ねぎ,南瓜	米 片栗粉,キャノーラ油 きび砂糖
9 金	ミネラルロール かぶの刺身 グリーンサラダ オレンジ	ぼたぼた焼 牛乳 おにぎり レバーの甘辛煮 お茶	ぼたぼた焼 牛乳 米,鉄入りふりかけ鯉 鶏さし,土生姜,酒,こいくちしょうゆ きび砂糖,水 お茶	豚肉,牛乳	かぶ,カリフラワー,人参,パセリ,たまねぎ キャベツ,ブロッコリー,コーン オレンジ	ミネラルロール じゃがいも,バター,キャノーラ油 小麦粉 キャノーラ油,きび砂糖
10 土	五目チャーハン スープ	ぼりんこ 牛乳 ふかし芋 牛乳	ぼりんこ 牛乳 さつま芋,塩 牛乳	豚ミンチ,ひじき	たまねぎ,人参,コーン,青ねぎ キャベツ,大根	米,キャノーラ油
13 火	ごはん 鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう 赤だし	ハッピーターン 牛乳 豆乳ミルク餅 牛乳	ハッピーターン 牛乳 豆乳,片栗粉,きな粉 牛乳	鶏肉	ブロッコリー ごぼう,ピーマン,人参	米 きび砂糖 白ごま,キャノーラ油,きび砂糖
14 水	カレーライス マカロニサラダ パン缶	たべっこベイビー 牛乳 バレンタインケーキ 牛乳	たべっこベイビー 牛乳 小麦粉,きび砂糖,ベーキングパウダー キャノーラ油,豆乳,ココア ホイップ,五色スプレー 牛乳	豚肉	じゃがいも,人参,たまねぎ 人参,グリーンアスパラ,コーン パン缶	米,アマランサス,カレールウ キャノーラ油 マカロニ,マヨドレ

日 曜	昼 食	使っている主な材料				
		朝おやつ おやつ	朝おやつ材料 おやつ材料	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
15 木	ごはん 肉じゃが 竹輪のマヨ醤油炒め 味噌汁	ばかうけ 牛乳 ジャムサンド 牛乳	ばかうけ 牛乳 食パン,ブルーベリージャム 牛乳	牛肉	たまねぎ,人参,いんげん 人参 青菜,大根	米 じゃがいも,こんにやく,キャノーラ油 きび砂糖 マヨドレ,キャノーラ油
16 金	人参ごはん カラフルしゃもの変わり揚げ 人参しりしり 味噌汁 お茶	ぼたぼた焼 牛乳 焼きそば お茶	ぼたぼた焼 牛乳 中華そば,豚肉,キャベツ,ピーマン 人参,とんかつソース,キャノーラ油 糸かつお,青のり粉 お茶	昆布 ししゃも ツナ缶 うすあげ,味噌	人参 人参,人参葉,キャベツ 人参,コーン たまねぎ,青ねぎ	米,白ごま 小麦粉,キャノーラ油 キャノーラ油 お茶
19 月	中華丼 切干大根の酢の物 味噌汁	きな粉せんべい 牛乳 さつま芋とりんごの甘煮 牛乳	きな粉餅 牛乳 さつま芋,りんご,水,きび砂糖 牛乳	豚肉,かまぼこ わかめ,味噌	たまねぎ,はくさい,人参,ピーマン,椎茸 切干大根,小松菜,人参,コーン えのき	米,キャノーラ油,ごま油,片栗粉 きび砂糖
20 火	麦ごはん 鮭のしょうゆバター焼き ひじき煮 味噌汁	ハッピーターン 牛乳 フライドポテト 牛乳	ハッピーターン 牛乳 じゃがいも,キャノーラ油,青のり粉,塩 牛乳	鮭	ブロッコリー 人参,いんげん 大根,ほうれん草	米,押麦 小麦粉,キャノーラ油,バター,マヨドレ きび砂糖,キャノーラ油
21 水	ごはん 牛肉と厚揚げの味噌煮 もやしと青菜の磯和え すまし汁	たべっこベイビー 牛乳 きな粉マカロニ 牛乳	たべっこベイビー 牛乳 マカロニ,きな粉,きび砂糖,塩 牛乳	牛肉,厚揚げ,味噌 刻みのり わかめ	たまねぎ,人参,青ねぎ もやし,青菜,人参 たまねぎ	米 こんにやく,きび砂糖 きび砂糖
22 木	アマランサスごはん 手づくり煮込みハンバーグ コールスローサラダ 白菜とコーンのスープ	ばかうけ 牛乳 バナナケーキ 牛乳	ばかうけ 牛乳 小麦粉,きび砂糖,ベーキングパウダー キャノーラ油,豆乳,バナナ 牛乳	合挽ミンチ,大豆	たまねぎ キャベツ,きゅうり,コーン はくさい,コーン	米,アマランサス 片栗粉,パン粉,キャノーラ油,きび砂糖 じゃがいも キャノーラ油,きび砂糖
23 金	ごはん 肉豆腐 青のりポテト 味噌汁	ぼたぼた焼 牛乳 はちみつトースト 牛乳	ぼたぼた焼 牛乳 食パン,はちみつ,きび砂糖,バター 牛乳	牛肉,豆腐 青のり粉 味噌	はくさい,たまねぎ,人参,青ねぎ ほうれん草	米 こんにやく,きび砂糖 じゃがいも 麩
24 土	牛丼 ほうれん草とじゃが芋の味噌汁	ぼりんこ 牛乳 麩のラスク 牛乳	ぼりんこ 牛乳 麩,キャノーラ油,きび砂糖 牛乳	牛肉 味噌	たまねぎ,人参,青ねぎ ほうれん草	米,こんにやく,きび砂糖 じゃがいも
26 月	肉うどん 南瓜煮 オレンジ	きな粉せんべい 牛乳 ちんすこう 牛乳	きな粉餅 牛乳 小麦粉,きび砂糖,ラード 牛乳	牛肉,わかめ 南瓜 オレンジ	人参,たまねぎ,青ねぎ 南瓜	上州うどん,きび砂糖 きび砂糖
27 火	ごはん かれいの煮付け 白菜のごま和え けんちん汁	ハッピーターン 牛乳 クラッカーサンド 牛乳	ハッピーターン 牛乳 クラッカー,バインジャム 牛乳	かれい 豆腐,ちくわ	ほうれん草 はくさい,小松菜,人参 大根,人参,青ねぎ	米 きび砂糖 白ごま,きび砂糖 こんにやく
28 水	鶏南蛮うどん 青菜のおかか和え バナナ	たべっこベイビー 牛乳 巻き寿司 お茶	たべっこベイビー 牛乳 米,米酢,きび砂糖,塩,きゅうり,ちくわ かにかまぼこ,マヨドレ,焼のり お茶	鶏肉,かまぼこ,わかめ	白ねぎ 青菜,キャベツ,人参 バナナ	上州うどん,きび砂糖 きび砂糖

★赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。
 ☆食材仕入れの都合で、献立を変更することがあります。
 ＊2/17(土)は生活発表会の為、給食はありません。