

※献立の横に原材料が義務付けされた7品目に大豆を加えた8品目を表示しています。
(卵・小麦・えび・かに・そば・落花生・乳・大豆)
※同一製造ラインで特定原材料の使用があります。
完全除去対応ではありません。

2022年

2月 ようちえんメニュー

ちあきっす様
献立表



月	火	水	木	金	
	1日 <p>チキンステーキバーベキューソース 鶏肉 小麦大豆</p> <p>チンゲンさいのソテー チンゲン菜・人参 乳小麦大豆</p> <p>ジャーマンポテト じゃが芋・玉ねぎ 卵・乳小麦大豆</p> <p>ベーコン 卵・乳小麦大豆</p> <p>おうちごはん たまごふりかけごはん 米・大豆・卵・削り節・海苔 えび・卵・乳小麦大豆</p> <p>エネルギー 391kcal たんぱく質 11.5g 脂質 8.3g 炭水化物 64.9g 塩分 1.2g</p>	2日 <p>カニクリームコロッケ かにペースト 小麦・卵大豆 かに</p> <p>キャベツ 卵小麦大豆</p> <p>もやしときゅうりのサラダ もやし・きゅうり 卵小麦大豆</p> <p>コーン 卵・乳小麦大豆</p> <p>きのこパスタ パスタ・しめじ 卵・乳小麦大豆</p> <p>ベーコン・パセリ・人参 卵・乳小麦大豆</p> <p>パイナップルかん 米・大豆・卵・削り節・海苔 卵・乳小麦大豆</p> <p>かつおふりかけごはん 米・大豆・卵・削り節・海苔 卵・乳小麦大豆</p> <p>エネルギー 400kcal たんぱく質 7.9g 脂質 8.5g 炭水化物 71.6g 塩分 1.0g</p>	3日 <p>こんさいハンバーグ 鶏肉・豚肉・牛肉・玉ねぎ 小麦大豆 人参・蓮根・ごぼう・パスタ</p> <p>スクランブルエッグ 卵・玉ねぎ・カニ蒲鉾 卵小麦かに</p> <p>ひじきサラダ 竹輪・ひじき 卵小麦大豆 枝豆・コーン・人参</p> <p>みかんかん 米・わかめ 卵小麦かに</p> <p>わかめごはん 米 卵小麦かに</p> <p>エネルギー 420kcal たんぱく質 10.6g 脂質 9.6g 炭水化物 70.0g 塩分 3.1g</p>	4日 <p>ブルコギふういため 豚肉・玉ねぎ・ニラ 小麦大豆 人参・ごま</p> <p>こまつなのあえもの 小松菜・人参・ツナ 小麦大豆</p> <p>かいせんしょうまい 玉ねぎ・キャベツ・すり身 卵・小麦えび・かに いか・えび・かに</p> <p>チーズ ごはん 米 乳</p> <p>エネルギー 427kcal たんぱく質 14.2g 脂質 11.1g 炭水化物 64.5g 塩分 0.8g</p>	
	7日 <p>とりのからあげ 鶏肉・キャベツ 小麦大豆</p> <p>ブロッコリーサラダ ブロッコリー 卵・かに小麦大豆 コーン・カニ蒲鉾</p> <p>あつやきたまご たまご・さつま揚げ 卵小麦大豆</p> <p>おうちごはん かつおふりかけごはん 米・大豆・卵・削り節・海苔 卵・乳小麦大豆</p> <p>エネルギー 468kcal たんぱく質 15.1g 脂質 13.7g 炭水化物 68.5g 塩分 1.2g</p>	8日 <p>ハンバーグデミソース 鶏肉・豚肉・玉ねぎ・人参 小麦大豆 乳小麦大豆</p> <p>こまつなのバターソテー 小松菜・コーン 卵・乳小麦大豆 ベーコン</p> <p>だいがくいも さつま芋・ごま・人参 小麦大豆</p> <p>パイナップルかん ごはん 米 卵小麦大豆</p> <p>エネルギー 437kcal たんぱく質 9.4g 脂質 9.9g 炭水化物 75.4g 塩分 1.4g</p>	9日 <p>エビフライ 海老・キャベツ 小麦えび大豆 大豆</p> <p>あおなのツナあえ 青菜・ツナ・人参 小麦大豆</p> <p>ナポリタン パスタ・玉ねぎ 小麦・乳卵大豆 ベーコン・パセリ</p> <p>みかんかん たまごふりかけごはん 米・大豆・卵・削り節・海苔 えび・卵・乳小麦大豆</p> <p>エネルギー 395kcal たんぱく質 9g 脂質 5.8g 炭水化物 74.7g 塩分 1.1g</p>	10日 <p>デリヤキチン 鶏肉・玉ねぎ 小麦大豆 乳小麦大豆</p> <p>キャベツとコーンのサラダ キャベツ・コーン・ハム 卵小麦大豆</p> <p>きのこソテー 小松菜・ひらたけ・しいたけ 乳小麦大豆 マッシュルーム・人参</p> <p>はくどうかん なめし 米・京菜・大根菜 大豆</p> <p>エネルギー 368kcal たんぱく質 11.1g 脂質 6.9g 炭水化物 63.2g 塩分 1.9g</p>	
14日 <p>ハッシュドビーフふうコロッケ じゃが芋・玉ねぎ・人参・トマト 小麦大豆 牛肉・パスタ</p> <p>もやしとあおなのソテー もやし・青菜・コーン 卵小麦大豆</p> <p>ごぼうサラダ ごぼう・人参・ごま 卵小麦大豆</p> <p>マヨネーズ チーズ ごはん 米 乳</p> <p>エネルギー 463kcal たんぱく質 8.9g 脂質 13.4g 炭水化物 74.7g 塩分 1.3g</p>	15日 <p>にくやさいため 豚肉・キャベツ・人参 小麦大豆 ニラ・木耳</p> <p>だいこんサラダ 大根・カニ蒲鉾・ピーマン 卵力二小麦大豆 パプリカ</p> <p>ちゅうかはるまき 筍・キャベツ・玉ねぎ・ニラ・鶏肉 卵えび小麦大豆 生姜・にんにく・蓮根・春雨・椎茸</p> <p>みかんかん ゆかりごはん 米・ゆかり 卵小麦大豆</p> <p>エネルギー 441kcal たんぱく質 8.5g 脂質 15.2g 炭水化物 64.4g 塩分 1.7g</p>	16日 <p>ミートボール 鶏肉・生姜・玉ねぎ 小麦大豆 乳小麦大豆</p> <p>はくさいサラダ 白菜・人参・ハム 卵小麦大豆</p> <p>オムレツ 卵・人参 卵小麦大豆</p> <p>はくどうかん ごはん 米 卵小麦大豆</p> <p>エネルギー 434kcal たんぱく質 12.1g 脂質 10.3g 炭水化物 70.9g 塩分 1.7g</p>	17日 <p>サーモンフライ 鮭・キャベツ 小麦大豆 乳小麦大豆</p> <p>インゲンソテー インゲン・玉ねぎ 卵小麦大豆 コーン</p> <p>のりポテト じゃが芋・青のり・さつま揚げ 卵小麦大豆</p> <p>ようなしかん たまごふりかけごはん 米・大豆・卵・削り節・海苔 えび・卵・乳小麦大豆</p> <p>エネルギー 430kcal たんぱく質 11.7g 脂質 9.1g 炭水化物 73.1g 塩分 0.9g</p>		
21日 <p>マヨたまカツ 鶏肉・豚肉・卵 卵小麦大豆 キャベツ</p> <p>ハムマリネ ハム・玉ねぎ・ピーマン 卵小麦大豆 パプリカ</p> <p>さつまいもかんろに さつまいも 卵小麦大豆</p> <p>みかんかん こんぶごはん 米・ごま・木耳・昆布 小麦大豆</p> <p>エネルギー 408kcal たんぱく質 7.3g 脂質 7g 炭水化物 76.4g 塩分 1g</p>	22日 <p>ミートオムレツ 卵・玉ねぎ・人参 卵小麦大豆 鶏肉・豚肉・コーン・グリーンピース</p> <p>チンゲンさいのごまあえ チンゲン菜・しめじ 小麦大豆 ごま</p> <p>スパゲティサラダ パスタ・ピーマン・パプリカ 卵小麦大豆 ハム・マヨネーズ</p> <p>はくどうかん なめし 米・京菜・大根菜 大豆</p> <p>エネルギー 381kcal たんぱく質 8.3g 脂質 6g 炭水化物 70.9g 塩分 2.1g</p>	23日 <h2>天皇誕生日</h2>		24日 <p>ホイコーローふう 豚肉・キャベツ 小麦大豆 ピーマン・パプリカ</p> <p>ブロッコリーのナムル ブロッコリー・人参・ごま 小麦大豆</p> <p>シューマイ 豚肉・鶏肉 卵・小麦えび・カニ大豆 玉ねぎ・生姜・人参</p> <p>おうちごはん わかめごはん 米・わかめ 卵小麦かに</p> <p>エネルギー 395kcal たんぱく質 12.4g 脂質 8.6g 炭水化物 65.3g 塩分 2.3g</p>	25日 <p>イカフライ イカ・パスタ 小麦大豆</p> <p>ササミサラダ 鶏肉・もやし・きゅうり 卵小麦大豆</p> <p>きんぴらごぼう ごぼう・人参・ごま 乳小麦大豆</p> <p>パイナップルかん かつおふりかけごはん 米・大豆・卵・削り節・海苔 卵・乳小麦大豆</p> <p>エネルギー 392kcal たんぱく質 11.2g 脂質 6g 炭水化物 70.7g 塩分 0.9g</p>
28日 <p>チーズインハンバーグ 鶏肉・玉ねぎ 卵・乳小麦大豆 チーズ・牛肉</p> <p>チンゲンさいソテー チンゲン菜・玉ねぎ・コーン 乳小麦大豆 ベーコン</p> <p>ザツマイモサラダ さつま芋・玉ねぎ・レーズン 卵小麦大豆 人参</p> <p>はくどうかん ごはん 米 卵小麦大豆</p> <p>エネルギー 464kcal たんぱく質 11.6g 脂質 11.6g 炭水化物 75.8g 塩分 1.3g</p>	【節分】 <p>2月3日は節分です。 節分では「鬼は外、福は内」のかけ声で豆をまき、年齢の数だけ豆を食べる風習があります。 豆をまくのは、悪い鬼を追い払い、みんなに幸せが入ってくるよという意味があります。(厄除け) また、年齢の数だけ豆を食べるのは、病気になりにくくなって、元気に過ごせるからと言われています。</p>				



●お願い● メニューの内容やおかずの配置は都合により変更する場合があります。予めご了承ください。
※ ご飯は国産米を使用しております。