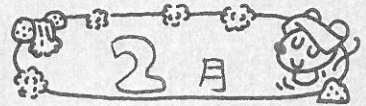




2019年2月 献立表

広島キリスト教社会館保育所



	献立名	食品名	おやつ
1日 (金)	いわしフライ 切干大根の炒め煮 みそ汁	まいわし 塩 薄力粉 たまご パン粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 木綿豆腐 たまねぎ わかめ ねぎ 麦みそ 煮干し	やきいも 牛乳・いりこ
2日 (土)	ロールパン マカロニサラダ ビーフシチュー	ロールパン マカロニ ブロッコリー にんじん ロースハム マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ グリンピース ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
4日 (月)	親子丼 小松菜のおひたし	たまご 鶏肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	ピザトースト 牛乳・いりこ
5日 (火)	手巻きずし すまし汁	はいが 精米 焼きのり シーチキン マヨネーズ 合いびき肉 たまご きゅうり そうめん 大根 にんじん 焼きふ ねぎ 煮干し	クラッカーサンド 牛乳・いりこ
6日 (水)	豚肉のしょうが焼 ごま酢あえ みそ汁	豚肉 たまねぎ ビーマン しょうが ブロッコリー もやし にんじん ごま 木綿豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	フライドポテト 牛乳・いりこ
7日 (木)	カレーライス ヨーグルトサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ プレーヨーグルト りんご ハナナ みかん 缶詰 バイナッブル 缶詰 もも缶詰	ラスク 牛乳・いりこ
8日 (金)	さばの竜田揚げ キャベツのごまあえ だんご汁	さば しょうが かたくり粉 キャベツ にんじん ごま 白玉粉 白菜 大根 にんじん しめじ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	肉まん 牛乳・いりこ
9日 (土)	レーズンパン やさしいサラダ クリームシチュー	レーズンパン レタス ブロッコリー にんじん ロースハム 鶏肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
11日 (月)			
12日 (火)	ピラフ 鶏の唐揚げ さつまいもサラダ やさしいスープ	はいが 精米 シーチキン たまねぎ にんじん パセリ コンソメ 鶏肉 薄力粉 かたくり粉 さつまいも ブロッコリー にんじん ロースハム りんご マヨネーズ ベーコン キャベツ たまねぎ セロリー コンソメ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
13日 (水)	さわらの照焼 ひじきの炒り煮 みそ汁	さわら ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干しいたけ 白菜 さつまいも 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	マカロニのあべかわ 牛乳・いりこ
14日 (木)	チャプチェ わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油 塩	トック
15日 (金)	揚げ豆腐のそぼろあんかけ ほうれんそうのごまあえ	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん グリンピース かたくり粉 ほうれんそう にんじん えのきだけ ごま	おむすび 牛乳・いりこ
16日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ポトフ	ロールパン スパゲティ ブロッコリー にんじん ロースハム マヨネーズ ウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
18日 (月)	麻婆丼 リャンパンサンデー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん とうもろこし 赤みそ かたくり粉 ごま油 はるさめ ロースハム きゅうり にんじん ごま ごま油	ウインナーフリッター 牛乳・いりこ
19日 (火)	ラーメン ギョーザ	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ モヤシ にんじん 水煮タケノコ ねぎ 鶏がら ぎょうざ	ヨーグルト おかし
20日 (水)	鮭の照焼 煮豆 豚汁	鮭 うずら豆 豚肉 大根 にんじん 白菜 ごぼう さつまいも こんにゃく ねぎ 麦みそ 煮干し	うどん
21日 (木)	ハヤシライス やさしいサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ レタス れんこん にんじん ブロッコリー ロースハム	どうぶどーナツ 牛乳・いりこ
22日 (金)	鶏肉とれんこんの揚げ煮 ブロッコリーのごまあえ すまし汁	鶏肉 れんこん ブロッコリー ごま 大根 にんじん 油揚げ ねぎ 煮干し	あんまん 牛乳・いりこ
23日 (土)	ごまロール ポテトサラダ ミートボールスープ	ごまロール じゃがいも ブロッコリー にんじん ロースハム りんご マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
25日 (月)	スパニッシュオムレツ ブロッコリーサラダ キャロットスープ	たまご ベーコン じゃがいも ほうれんそう トマト トマトケチャップ ブロッコリー しらす 干し にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	ホットケーキ 牛乳・いりこ
26日 (火)	トック	トック 豚肉 大根 さといも ごぼう にんじん 干しいたけ ねぎ 煮干し	おさつドーナツ 牛乳・いりこ
27日 (水)	さばのカレー煮 小松菜のおひたし けんちん汁	さば しょうが カレールウ 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し ごま油	チヂミ 牛乳・いりこ
28日 (木)	マカロニグラタン 海藻サラダ	鶏肉 マカロニ たまねぎ しめじ パセリ チーズ 牛乳 有塩バター 薄力粉 コンソメ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ

スケジュール *

26日(水) マラソン大会



給食しじい *

チャプチェ

材料 *

韓国春雨
牛肉、にんじん、しいたけ
ほうれん草(葉はにら)、ごま
ごま油、塩、砂糖、しょう油

- 作り方 *
- ① にんじんは千切り
しいたけは薄切りにして
それぞれごま油と塩で炒める
 - ② ほうれん草はゆでて、
水も取り、ざく切りにして
ごま油と塩でもみこむ。
 - ③ 牛肉は砂糖としょう油
で炒める。
 - ④ 春雨はゆでて、ざく切り
 - ⑤ ④もごま油で炒めて、
①～③も混ぜ入れ
ごまをふる。

してはあがり!!



5日(火)の(希)はこすもろ組の希望献立です。
20日(水)のおやつのおどんは手作りうどんの手定です。