

# 2月 予定献立

2023年

( 乳アレルギー児用・以上児版 )

( No.1 )

		昼 食	午前おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
			午後おやつ			
1	水	キャベツのみそスープ煮		厚揚げ・みそ・魚肉ソーセージ・ツナ・みそ	コンソメ・植物油 マヨネーズ・ごま	キャベツ・人参・玉ねぎ・ニンニク ごぼう・コーン・きゅうり
		ゴボウサラダ	麦茶			
2	木	魚の黄金焼		鮭・鶏卵 ※焼き豚なし	マヨネーズ 植物油 ごま油・砂糖	人参・グリーンピース キャベツ・きゅうり・コーン
		野菜サラダ	麦茶			
3	金	オニバーク		豆腐・豚ひき・牛ひき・ツナ・みそ 魚肉ソーセージ	植物油・パスタ・マヨネーズ・ごま 上新粉・片栗粉・餃子の皮	長ネギ・きゅうり・人参・グリーンピース ほうれん草・コーン
		菜の花和え	麦茶			
4	土	煮魚		魚	砂糖 じゃが芋・ノンエッグマヨネーズ	人参・キャベツ
		ポテトサラダ	麦茶			
6	月	肉じゃが		牛もも	じゃが芋・植物油・糸コン・砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ・きゅうり・リンゴ・レーズン
		レーズンサラダ	麦茶			
7	火	焼き魚		フリ 削り節		ほうれん草・もやし・人参 大根・長ネギ
		おひたし	麦茶			
8	水	大豆五目煮		大豆・鶏ムネ肉 うす揚げ	角コン・植物油・砂糖 ごま油・砂糖	大根・人参・ごぼう・しいたけ 白菜・きゅうり・人参
		華風サラダ	麦茶			
9	木	すまし汁		豆腐・		えのき・長ネギ フルーツ・
		フルーツ	麦茶			
10	金	サンマのかば焼き		サンマ	砂糖・植物油・片栗粉 ごま・砂糖	キャベツ・きゅうり・もやし・人参 白菜・しいたけ
		ごま酢和え	麦茶			
11	土	建国記念の日				
13	月	ほうれん草のスープ煮		豚ひき・※牛乳・スキムミルクなし ※ハムなし	パスタ・コンソメ・片栗粉・※バターなし 植物油・砂糖	ほうれん草・玉ねぎ ひじき・キャベツ・きゅうり・人参
		ひじきドレッシングサラダ	麦茶			
14	火	小女子佃煮		小女子	植物油・砂糖・ごま	フルーツ・
		フルーツ	麦茶			
15	水	イタリアンフライ		鶏むね ※粉チーズなし ツナ	小麦粉・パン粉・植物油 コンソメ	パセリ 大根・えのき・水菜 ほうれん草・マッシュルーム
		えのきとツナのおろし和え	麦茶			
16	木	ポバイスープ		※魚肉ソーセージ 牛乳		大根・ キャベツ・きゅうり・人参
		フルーツ	麦茶			
16	木	おでん		ちくわ・厚揚げ・はんぺん・※魚肉ソーセージ ※ハムなし	植物油・砂糖	大根・ キャベツ・きゅうり・人参
		野菜マリネ	麦茶			
16	木	ふりかけ				
		フルーツ	フルーツ			

2023年

( 乳アレルギー児用・以上児版 )

( 2月 No.2 )

		昼 食	午前おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
			午後おやつ			
17	金	魚のマヨネーズ焼き ひじき煮 かぶと油揚げのみそ汁 フルーツ	麦茶 さつま芋かりんとう	タラ 大豆・うす揚げ・ちくわ 厚揚げ・みそ	マヨネーズ 植物油・砂糖 サツマイモ・植物油・砂糖	玉ねぎ・マッシュルーム・パセリ ひじき・人参 かぶ フルーツ
18	土	魚のあんかけ 野菜炒め煮 麦茶 フルーツ		魚	片栗粉・砂糖 植物油	キャベツ・人参・玉ねぎ・ フルーツ
20	月	すき焼き風煮 三色ナムル フルーツ	麦茶 せんべい	牛もも・焼き豆腐	糸コン・砂糖・植物油 ごま油・砂糖	白菜・春菊・えのき・長ネギ ほうれん草・人参・もやし
21	火	エビピラフ 中華風サラダ 野菜とソーセージのスープ みかんゼリー	野菜ジュース	ムキエビ ※焼き豚なし ※魚肉ソーセージ	精白米・コンソメ ごま油・砂糖 春雨 コンソメ・	玉ねぎ・人参・マッシュルーム きゅうり・コーン キャベツ・かぶ・パセリ
22	水	魚の竜田揚げ ほうれん草の庄内麩和え 大根とうす揚げのみそ汁 フルーツ	麦茶 せんべい	赤魚 削り節 うす揚げ・みそ	植物油・片栗粉 ごま・庄内麩・砂糖	ほうれん草・キャベツ・ 大根 フルーツ
23	木	天皇誕生日				
24	金	カレーライス(ポーク) 大根サラダ 麦茶 フルーツ	黄桃缶	豚肉・※スキムミルクなし ※ハムなし	じゃが芋・植物油 アレルギー児用カレールー	玉ねぎ・人参・グリーンピース 大根・きゅうり フルーツ・黄桃缶
25	土	煮魚 野菜の旨煮 麦茶 フルーツ		魚	じゃが芋・砂糖	人参・玉ねぎ フルーツ
27	月	肉豆腐 ミックスサラダ ポパイ納豆 フルーツ	麦茶 せんべい	牛もも・豆腐 納豆	植物油・砂糖・片栗粉 植物油・	玉ねぎ・人参・しいたけ・たけのこ・グリーンピース キャベツ・きゅうり・リンゴ・コーン ほうれん草 フルーツ
28	火	魚フライ 野菜とコーンの玉子炒め 中華スープ フルーツ	麦茶 せんべい	カラスカレイ 鶏卵 ササミ	小麦粉・パン粉・植物油 コンソメ・片栗粉・砂糖・ 春雨・ごま油	白菜・しめじ・人参・コーン しいたけ・長ネギ・たけのこ フルーツ