

2月よていこんだて表

令和7年1月31日
新潟市立西幼稚園

日	献立名	おもに熱や力のもとになる	おもに血や肉になる	おもに体の調子を整えるもとになる
3月	ごはん	米		
	とんじる	じゃがいも	ぶた肉 とうふ 打ち豆	にんじん ごぼう 長ねぎ こんにゃく
	いわしかばやき	でんぷん さとう 油	いわし	
	ひたし		こんぶ	こまつな にんじん もやし
	ぎゅうにゅう		牛乳	
4月	ごはん	米		
	もやしじる		油あげ	にんじん 長ねぎ えのきたけ もやし だいこん
	くるまふとりにくのあげに	さとう 車ふ でんぷん さつまいも 油	とり肉	ごぼう
	みかん			みかん
	ぎゅうにゅう		牛乳	
5月	ごはん	米		
	かきたまじる	でんぷん	たまご	にんじん たまねぎ えのきたけ しいたけ きくらげ 長ねぎ
	はるまき	でんぷん さとう 小麦粉 米粉 油	ぶた肉	にんじん キャベツ たまねぎ しいたけ しょうが
	はくさいピリからづけ	ごま 油	こんぶ	こまつな はくさい
	りんごゼリー	さとう でんぷん		りんご
	ぎゅうにゅう		牛乳	
6月	ごはん	米		
	ごじる	じゃがいも	大豆	にんじん こまつな だいこん えのきたけ 長ねぎ
	とりにくてりに		とり肉	
	きりこんぶに	さとう 油	油あげ さつまあげ こんぶ	にんじん しいたけ こんにゃく
	ぎゅうにゅう		牛乳	
7月	ハヤシライス(むぎ入り)	米 大麦 じゃがいも 油 ルウ	ぶた肉	にんじん にんにく たまねぎ まいたけ
	もやしとツナのサラダ	油 ごま	ツナ	もやし とうもろこし きゅうり
	ぎゅうにゅう		牛乳	
10月	ごはん	米		
	スキーじる	さつまいも	とうふ ぶた肉	にんじん 長ねぎ ごぼう しいたけ こんにゃく
	さんましょうがに	さとう でんぷん	さんま こんぶ	しょうが
	じゃこあえ	油	ちりめんじゃこ	こまつな もやし
11月	けんこくきねんのひ 建国記念の日			
12月	マーボーどん(むぎ入り)	米 大麦 さとう でんぷん 油	ぶた肉 大豆 とうふ	にんじん にら にんにく しょうが 長ねぎ しいたけ きくらげ
	きりぼしだいこんのナムル	さとう 油 ごま		こまつな にんじん 切りぼしだいこん
	ぎゅうにゅう		牛乳	
13月	ごはん	米		
	なめこじる	じゃがいも	とうふ	にんじん こまつな なめこ 長ねぎ
	やさしいコロッケ	じゃがいも 小麦粉 さとう パン粉 でんぷん 油	大豆	にんじん かぼちゃ たまねぎ えだまめ
	かみかみサラダ	ノンエッグマヨネーズ ごま	大豆	にんじん きゅうり とうもろこし こんにゃく
	ぎゅうにゅう		牛乳	
14月	わかめごはん	米	わかめ	
	ワンタンじる	ワンタン	ぶた肉 なた	にんじん たまねぎ 長ねぎ
	にこみハンバーグ	でんぷん さとう ラード	とり肉 ぶた肉 大豆	たまねぎ りんご
	はるさめサラダ	はるさめ さとう 油 ごま		もやし きゅうり とうもろこし
15月	みかんゼリー	さとう でんぷん		みかん
	ぎゅうにゅう		牛乳	

日	献立名	おもに熱や力のもとになる	おもに血や肉になる	おもに体の調子を整えるもとになる
17月	ごはん	米		
	わかめじる	じゃがいも	とうふ わかめ	にんじん 長ねぎ
	チキンカツたれかけ	パン粉 小麦粉 さとう 油	とり肉	
	ごまあえ	さとう ごま		こまつな もやし 切りぼしだいこん
	ぎゅうにゅう		牛乳	
18月	ごはん	米		
	じゃがいもじる	じゃがいも	生あげ	こまつな えのきたけ 長ねぎ
	あげちくわ	でんぷん 油	ちくわ	
	ごもくまめ	さとう 油	大豆 ぶた肉 こんぶ	にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく
	ぎゅうにゅう		牛乳	
19月	ごはん	米		
	はるさめスープ	はるさめ		にんじん こまつな もやし きくらげ
	あつあげとぶたにくのみそいため	さとう でんぷん 油	生あげ ぶた肉	にんじん さやいんげん しいたけ たまねぎ たけのこ しょうが にんにく
	チーズ		チーズ	
20月	ごはん	米		
	とうふのちゅうかふうに	さとう でんぷん 油	ぶた肉 とうふ	にんじん チンゲンサイ しょうが にんにく しいたけ きくらげ たけのこ もやし 長ねぎ
	あつやきたまご	でんぷん さとう 油	たまご	
	だいこんづけ	ごま	こんぶ	にんじん だいこん
	ぎゅうにゅう		牛乳	
21月	チキンカレーライス(むぎ入り)	米 大麦 じゃがいも ルウ 油	とり肉	にんじん にんにく たまねぎ
	ひじきサラダ	さとう 油 ごま	ひじき	とうもろこし もやし きゅうり
	いちごゼリー	さとう		いちご
24月	ふりかえ休日			
25月	ごはん	米		
	だいこんじる	じゃがいも	油あげ	にんじん だいこん
	ししゃもフライ	パン粉 小麦粉 油	ししゃも	
	おからいために	さとう 油	とり肉 ちくわ おから ひじき	にんじん ごぼう しいたけ 長ねぎ こんにゃく
26月	ごはん	米		
	はくさいじる		油あげ	にんじん こまつな えのきたけ はくさい
	とりにくカレーあげ	でんぷん 油	とり肉	
27月	ポテトサラダ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ		にんじん きゅうり とうもろこし
	ぎゅうにゅう		牛乳	
28月	さつまいもむしパン	米粉 さとう さつまいも 油	牛乳	
	ポークビーンズ	じゃがいも さとう 油	ぶた肉 大豆 いんげん豆	にんじん トマト にんにく たまねぎ
	コーンサラダ	油		キャベツ きゅうり とうもろこし
	いよかん			いよかん
29月	ごはん	米		
	たまごスープ	でんぷん 油	とうふ たまご	にんじん こまつな たまねぎ きくらげ
	あげしゅうまい	でんぷん さとう 小麦粉 パン粉 油	ぶた肉	たまねぎ しょうが
	もやしごまドレッシングあえ	さとう ごま 油	わかめ	もやし きゅうり とうもろこし
30月	ぎゅうにゅう		牛乳	

都合により、献立・使用食品を変更する場合があります。ご了承ください。