2月の献立

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	木	牛乳 果物	ごはん 肉豆腐 白菜のごまあえ スイートポテト	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、白ねぎ、人参、しめじ、えのきたけ、しょうゆ、みりん、三温糖 白菜、ほうれん草、人参、ちくわ、ごま、しょうゆ、三温糖 さつまいも、バター、三温糖、卵	牛乳 チーズボール 白玉粉、ホットケーキミックス、三温糖、チーズ、牛乳、揚げ油
2	金	牛乳 はったい粉	恵方巻（3上）/サラダ寿司（3未） 鶏ささみの金棒焼き 五目豆 いわしのつみれ汁	米、かにかま、卵、きゅうり、のり、すし酢 鶏ささ身、ノンエッグマヨネーズ、ヨーグルト、ごま 大豆、こんにゃく、大根、人参、こんぶ、三温糖、しょうゆ いわしつみれ、麩、玉ねぎ、ねぎ、しょうゆ、食塩、だし汁	牛乳 鬼まんじゅう 小麦粉、さつまいも、三温糖、ごま
3	土	牛乳 菓子	焼きそば わかめスープ さつまいものオレンジ煮	焼きそばめん、豚肉、ちくわ、人参、キャベツ、玉ねぎ、もやし、油、お好み焼きソース、かつお節、青のり わかめ、玉ねぎ、もやし、ねぎ、中華だし、片栗粉 さつまいも、オレンジジュース、三温糖	牛乳 菓子
5	月	牛乳 菓子	ごはん カレイの梅煮 ほうれん草とえのきのおひたし 鶏ごぼう汁	米 かれい、しょうゆ、三温糖、みりん、うめ干し ほうれん草、えのきたけ、人参、しょうゆ 鶏肉、ごぼう、人参、玉ねぎ、ねぎ、みそ、煮干だし汁	牛乳 パイナップルケーキ 小麦粉、牛乳、バター、三温糖 ベーキングパウダー、パイン缶
6	火	牛乳 はったい粉	ごはん 鶏肉の中華風照り焼き チャプチェ たまごスープ	米 鶏肉、オイスターソース、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま油 春雨、人参、玉ねぎ、エリンギ、パプリカ、きくらげ、にら、油、しょうゆ、みりん、ごま油、食塩、ごま 卵、玉ねぎ、えのきたけ、人参、ねぎ、中華だし、食塩	スキムミルク ねったぼ さつまいも、もち米、きな粉、三温糖
7	水	牛乳 菓子	ごはん 豚肉の生姜炒め 大学かぼちゃ かぶのマリネ なめこ汁	米 豚肉、玉ねぎ、生姜、油、三温糖、しょうゆ かぼちゃ、揚げ油、三温糖、しょうゆ かぶ、かぶの葉、食塩、油、りんご酢 玉ねぎ、なめこ、人参、豆腐、ねぎ、みそ、煮干だし汁	ミロ レーズンクッキー 小麦粉、三温糖、豆乳、バター、レーズン
8	木	牛乳 果物	ごはん キャベツのメンチカツ スパゲティサラダ コンソメスープ	米 豚挽肉、食塩、コンソメ、玉ねぎ、キャベツ、小麦粉、卵、パン粉、揚げ油 スパゲティ、ロースハム、きゅうり、人参、とうもろこし、食塩、ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ、えのきたけ、枝豆、コンソメ	牛乳 あん蒸しまん ホットケーキミックス、米粉、牛乳、こしあん
9	金	牛乳 はったい粉	ごはん 納豆 筑前煮 ほうれん草の白あえ 果物（オレンジ）	米 ひきわり納豆、かつお節、ごま、しょうゆ 鶏肉、じゃがいも、れんこん、ごぼう、人参、たけのこ、こんにゃく、枝豆、油、しょうゆ、三温糖、みりん ほうれん草、人参、豆腐、ちくわ、ひじき、しょうゆ、三温糖、みそ オレンジ	スキムミルク じゃこトースト 食パン、ちりめん、ノンエッグマヨネーズ、青のり
10	土	牛乳 菓子	オムライス ポトフ 果物（りんご）	米、卵、鶏肉、人参、玉ねぎ、とうもろこし、ケチャップ、コンソメ ウインナー、キャベツ、じゃがいも、人参、ブロッコリー、コンソメ、パセリ りんご	牛乳 菓子
13	火	牛乳 はったい粉	あんかけうどん ちくわの磯辺揚げ もやしと人参のナムル	うどん、卵、鶏肉、えのきたけ、人参、玉ねぎ、しめじ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 ちくわ、青のり、てんぷら粉、揚げ油 もやし、小松菜、人参、しょうゆ、三温糖、ごま、中華だし、ごま油	牛乳 韓国風おにぎり 米、たくあん、豚挽肉、みそ、のり、ごま、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、ごま油
14	水	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉のマヨパン粉焼き ブロッコリーのツナサラダ かぶのスープ	米 鶏肉、ノンエッグマヨネーズ、ヨーグルト、パン粉、チーズ、パセリ ブロッコリー、人参、キャベツ、ツナ、りんご酢、しょうゆ、三温糖 かぶ、かぶの葉、玉ねぎ、人参、中華だし	ココア リングパイ パイ皮、グラニュー糖
15	木	牛乳 果物	ごはん あじのコーンフライ ひじきの煮物 飛鳥汁	米 あじ、食塩、小麦粉、卵、コーンフレーク、揚げ油 ひじき、油揚げ、人参、しめじ、さやえんどう、ごま油、しょうゆ、みりん、三温糖 鶏肉、さつまいも、人参、大根、ごぼう、ねぎ、油、牛乳、みそ、煮干だし汁	スキムミルク 菓子・チーズ

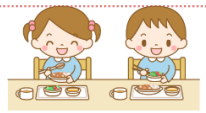
レシピ　ポテトチーズもち

子どもたちに人気のおやつを紹介します！

《材料　3上さん1人分》
- じゃがいも…50g
- 食塩、三温糖…少々
- 片栗粉…小さじ2杯
- 牛乳…小さじ1杯
- ピザ用チーズ…7g
- 揚げ油

《作り方》
①じゃがいもは皮をむいて切り、電子レンジまたは茹でてなめらかになるまで潰す。
②食塩、三温糖、牛乳、片栗粉を入れてひとまとまりにする。
③食べやすい大きさに分けて平らにし、ピザ用チーズを中に入れて丸める。
④油で揚げる。

①～③は子どもたちでできやすい工程ですが、④は油を使いますので保護者の方のお手伝いをお願いします。ぜひお家でクッキングをしてみてください♪



浮田とちのみこども園
令和6年2月

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
16	金	牛乳 はったい粉	ごはん 八宝菜 焼きポテト 中華スープ	米 豚肉、かまぼこ、白菜、たけのこ、人参、しいたけ、きくらげ、生姜、油、中華だし、しょうゆ、三温糖、片栗粉、ごま油 じゃがいも、食塩、油 ベーコン、玉ねぎ、わかめ、ねぎ、中華だし、しょうゆ	スキムミルク ウインナーサンド コッペパン、ウインナー、キャベツ、カレー粉、ケチャップ
17	土	牛乳 菓子	きのこのきんぴら丼 キャベツとわかめの酢の物 みそ汁	米、豚肉、しいたけ、しめじ、エリンギ、ごぼう、人参、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま油、糸こんにゃく、ノンエッグマヨネーズ、ごま、ねぎ キャベツ、人参、わかめ、三温糖、酢、しょうゆ、食塩 豆腐、さつまいも、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、だし汁、みそ	牛乳 菓子
19	月	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉の甘辛揚げ 小松菜の塩ごまあえ 赤だし汁	米 鶏肉、生姜、食塩、片栗粉、揚げ油、三温糖、しょうゆ、だし汁 小松菜、もやし、人参、ごま、食塩 豆腐、玉ねぎ、人参、しめじ、豆苗、みそ、煮干だし汁	スキムミルク 大根もち 大根、白玉粉、片栗粉、豆腐、ねぎ、ちりめん、油、三温糖、しょうゆ、みりん
20	火	牛乳 はったい粉	ハヤシライス ポテトサラダ チキンナゲット	米、豚肉、玉ねぎ、人参、しめじ、マッシュルーム、グリンピース、油、ハヤシルウ ロースハム、じゃがいも、人参、きゅうり、とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ 鶏挽肉、豆腐、生姜、コンソメ、片栗粉、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、揚げ油	牛乳 にゅうめん そうめん、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、しょうゆ、だし汁
21	水	牛乳 菓子	ひじきごはん いも煮 わけぎのぬた りんごヨーグルト	米、人参、いんげん、ひじき、油、しょうゆ、みりん、三温糖 牛肉、絹厚揚げ、里芋、大根、人参、こんにゃく、ごぼう、しめじ、白ねぎ、三温糖、しょうゆ、油 わけぎ、油揚げ、ちくわ、みそ、三温糖、酢 ヨーグルト、りんご、三温糖	牛乳 甘納豆蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、バター、スキムミルク、三温糖、甘納豆
22	木	牛乳 果物	ごはん フィッシュボール 豆苗とちくわのマヨネーズあえ オニオンスープ	米 たら、じゃがいも、人参、食塩、片栗粉、揚げ油 ちくわ、豆苗、キャベツ、人参、ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ、ベーコン、パセリ、コンソメ	牛乳 きなこクリームサンド 食パン、バター、グラニュー糖、きな粉
24	土	牛乳 菓子	五目うどん 青菜の磯あえ バナナ	うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、しめじ、こんにゃく、ねぎ、みそ 小松菜、人参、ちりめん、塩こんぶ バナナ	牛乳 菓子
26	月	牛乳 菓子	パン(3上）/ごはん（3末） 鮭のクリーム煮 フレンチサラダ みかんゼリー	コッペパン、米 さけ、じゃがいも、人参、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、クリームコーン、油、牛乳、シチューミックスクリーム ロースハム、キャベツ、きゅうり、人参、油、三温糖、りんご酢、食塩 オレンジジュース、粉寒天、砂糖、みかん缶	牛乳 ベーコンとごぼうのきんぴらおにぎり 米、ごぼう、ベーコン、しょうゆ、みりん、三温糖、ごま
27	火	牛乳 はったい粉	ビビンバ丼 豆腐スープ れんこんチップ	米、豚挽肉、みそ、三温糖、しょうゆ、ごま、ごま油、チンゲン菜、人参、もやし、とうもろこし、しょうゆ、三温糖、ごま油 豆腐、ベーコン、玉ねぎ、ねぎ、中華だし、食塩 れんこん、食塩、揚げ油	スキムミルク いももち磯辺風 じゃがいも、片栗粉、しょうゆ、三温糖、のり
28	水	牛乳 菓子	ごはん 手作りがんもどき おかかあえ 豚汁	米 豆腐、鶏挽肉、人参、ひじき、片栗粉、しょうゆ、食塩、和風だしの素、揚げ油 人参、キャベツ、小松菜、もやし、とうもろこし、かつお節、しょうゆ 豚肉、大根、ごぼう、人参、こんにゃく、油、みそ、煮干だし汁	スキムミルク キャロットケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、人参、卵、三温糖、バター、牛乳
29	木	牛乳 果物	ごはん 鶏肉のピカタ きのことほうれん草のソテー レタススープ	米 鶏肉、食塩、小麦粉、卵、チーズ、油 しめじ、エリンギ、えのきたけ、ほうれん草、人参、とうもろこし、コンソメ、しょうゆ レタス、ベーコン、玉ねぎ、コンソメ	ミロ うずまきクッキー 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、豆乳、バター、ココア、抹茶

※行事・材料などの都合により内容が一部変更になることがあります。