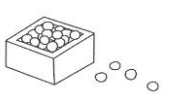




令和6年度2月食事だより



今月の献立の中で、お家で食べたことがない食材については、2回以上食べておいてください。
※果物以外の食材は十分に加熱しています。
※やむを得ず、献立を変更する場合があります。ご了承ください。手作りおやつには、献立の前に★マークを付けています。
※中華めん・うどんは、そばと同一製造ラインで製造されています。

八尾市こども若者部こども施設運営課

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 土	午前おやつ	牛乳 ｱﾝﾊﾞ ｼｬﾝのﾊﾞﾋﾞｰｾﾝﾍﾞｲ	ｱﾝﾊﾞ ｼｬﾝのﾊﾞﾋﾞｰｾﾝﾍﾞｲ	牛乳		
	昼食	ごはん マーボー豆腐 ナムル	米 かたくり粉、てんさい糖、コーン油、ごま油 ごま油、白ごま	木綿豆腐、豚ミンチ、みそ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、干ししいたけ 太もやし、ピーマン、にんじん	とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	★にゅうめん	そうめん	かまぼこ、うすあげ、削り節	青ねぎ、だし昆布	淡口しょうゆ、みりん、塩
	午後おやつ	牛乳 たべっ子ベイビー	たべっ子ベイビー	牛乳		
3 月 節 分	午前おやつ	牛乳 たべっ子ベイビー	たべっ子ベイビー	牛乳		
	昼食	ちらしずし おひたし すまし汁	米、てんさい糖 てんさい糖	ちらしかまぼこ、高野豆腐、削り節 花ふ、削り節	にんじん、いんげん、干ししいたけ、だし昆布、きざみのり はくさい、ほうれん草 青ねぎ、だし昆布、わかめ	酢、濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩 淡口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★鬼まんじゅう	さつまいも、小麦粉、てんさい糖、上新粉	牛乳		ベーキングパウダー、塩
	午後おやつ	牛乳 おさかなウインナー		牛乳 おさかなウインナー		
4 火	午前おやつ	牛乳 おさかなウインナー		牛乳 おさかなウインナー		
	昼食	かみかみライス 肉団子の五目煮 れんこんのごま和え	米 かたくり粉、てんさい糖 白ごま、てんさい糖	大豆、ちりめんじゃこ とりミンチ、削り節	青のり たまねぎ、キャベツ、にんじん、チンゲン菜、しょうが、干ししいたけ れんこん	塩 濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 いよかん 源氏パイ		牛乳 いよかん		
	午後おやつ	牛乳 おこさませんべい	おこさませんべい	牛乳		
5 水	午前おやつ	牛乳 おこさませんべい	おこさませんべい	牛乳		
	昼食	しっぽくうどん キャベツとハムの和え物	さといも、かたくり粉、てんさい糖、うどん てんさい糖	とり肉、うすあげ、削り節 ハム	だいこん、にんじん、ごぼう、青ねぎ、だし昆布 キャベツ	淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	★焼きおにぎり ★佃煮	米 てんさい糖、白ごま	花かつお	だし昆布	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 いよかん		牛乳 いよかん		
6 木	午前おやつ	牛乳 いよかん		牛乳 いよかん		
	昼食	カレーライス かぶの甘酢漬け	じゃがいも、米、コーン油 てんさい糖	牛肉	たまねぎ、にんじん かぶ、にんじん、きゅうり、だし昆布	カレーフレーク（ｱﾙﾌｨﾝ ｿﾌｨｰ） 酢、塩
	午後おやつ	牛乳 ★にんじんとりんごのゼリー クッキー	クールゼリーの素 クッキー	牛乳	りんごジュース、にんじんジュース	
	午後おやつ	牛乳 ★ハムサンド	マーガリン、ロールパン(卵なし)、コーン油	牛乳 ハム	キャベツ	トマトケチャップ、カレー粉、塩
7 金	午前おやつ	牛乳 おこさませんべい	おこさませんべい	牛乳		
	昼食	ごはん 煮魚 白和え みそ汁	米 てんさい糖 てんさい糖、白ごま	さば 木綿豆腐、白みそ みそ、削り節、煮干し	青ねぎ、しょうが ほうれん草、こんにゃく、にんじん にんじん、青ねぎ、切り干しだいこん	濃口しょうゆ、酒、みりん、塩 淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★ハムサンド	マーガリン、ロールパン(卵なし)、コーン油	牛乳 ハム	キャベツ	トマトケチャップ、カレー粉、塩
	午後おやつ	牛乳 おこめぼん棒	おこめぼん棒	牛乳		
8 土	午前おやつ	牛乳 おこめぼん棒	おこめぼん棒	牛乳		
	昼食	ごはん 肉じゃが チンゲン菜とエリンギの中華和え	米 じゃがいも、てんさい糖、コーン油 ごま油	牛肉、削り節	たまねぎ、糸こんにゃく、にんじん、グリーンピース チンゲン菜、エリンギ	濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 たべっ子どうぶつ ラムネ	たべっ子どうぶつバター味 ラムネ	牛乳		
	午後おやつ	牛乳 たべっ子どうぶつ ラムネ	たべっ子どうぶつバター味 ラムネ	牛乳		
10 月	午前おやつ	牛乳 ｱﾝﾊﾞ ｼｬﾝのﾊﾞﾋﾞｰｾﾝﾍﾞｲ	ｱﾝﾊﾞ ｼｬﾝのﾊﾞﾋﾞｰｾﾝﾍﾞｲ	牛乳		
	昼食	中華どんぶり ごぼうサラダ	米、かたくり粉 マヨネーズ（卵なし）	ぶた肉、なると	はくさい、たまねぎ、もやし、にんじん、青ねぎ、干ししいたけ ごぼう、コーン	とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩 塩
	午後おやつ	牛乳 ★かぼちゃスコーン	小麦粉、てんさい糖、バター	牛乳 牛乳	かぼちゃ	ベーキングパウダー
	午後おやつ	牛乳 ★かぼちゃスコーン	小麦粉、てんさい糖、バター	牛乳 牛乳	かぼちゃ	ベーキングパウダー
12 水	午前おやつ	牛乳 コーンフロスティ	コーンフロスティ	牛乳		
	昼食	イタリアンスパゲティ ｶﾌｨｬｰ-ﾋﾞｱ ｵｯｼｮｰのﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え コンソメスープ	スパゲティ、コーン油 コーン油、てんさい糖	ウインナー	たまねぎ、にんじん、ピーマン ブロッコリー、カリフラワー たまねぎ、コーン	トマトケチャップ、とんかつソース、塩 酢、塩 マギーブイヨン、塩
	午後おやつ	牛乳 ★そうすい	米	削り節	えのきだけ、にんじん、チンゲン菜、だし昆布、きざみのり	濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★そうすい	米	削り節	えのきだけ、にんじん、チンゲン菜、だし昆布、きざみのり	濃口しょうゆ、塩
13 木	午前おやつ	牛乳 棒チーズ		牛乳 棒チーズ		
	昼食	若ごぼうの炊き込みごはん キャベツとツナの和え物 みそ汁	米、てんさい糖 てんさい糖	とり肉、うすあげ ツナ みそ、ふ、削り節、煮干し	若ごぼう、にんじん、だし昆布 キャベツ しめじ、青ねぎ	濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 いよかん 星たべよ		牛乳 いよかん		
	午後おやつ	牛乳 いよかん 星たべよ		牛乳 いよかん		
14 金	午前おやつ	牛乳 ｱﾝﾊﾞ ｼｬﾝ'ｽｶｯﾄ	ｱﾝﾊﾞ ｼｬﾝ'ｽｶｯﾄ	牛乳		
	昼食	ごはん 豚肉のりんごソース煮 ひじきの三杯酢 厚揚げのうすくず汁	米 てんさい糖 かたくり粉	ぶた肉、みそ 厚あげ、削り節	りんご、たまねぎ、しょうが きゅうり、にんじん、ひじき えのきだけ、にんじん、青ねぎ	濃口しょうゆ、塩 酢、濃口しょうゆ 淡口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★手作りむしパン	小麦粉、てんさい糖、バター	牛乳 牛乳		ベーキングパウダー、ココア
	午後おやつ	牛乳 ★手作りむしパン	小麦粉、てんさい糖、バター	牛乳 牛乳		ベーキングパウダー、ココア

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
15 土 発表会	午前おやつ	牛乳 野菜ハイハイン	野菜ハイハイン	牛乳		
	昼食	カレーチャーハン じゃが芋のごま和え スープ	米、コーン油 じゃがいも、白ごま、てんさい糖	豚ミンチ かまぼこ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース いんげん 青ねぎ、わかめ	塩、カレー粉 濃口しょうゆ、塩 とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 マリー ぼんち揚げ	マリー ぼんち揚げ	牛乳		
17 月	午前おやつ	牛乳 マンナウエファー	マンナウエファー	牛乳		
	昼食	ハヤシライス 切り干し大根の甘酢和え	米、コーン油 てんさい糖、白ごま	牛肉	たまねぎ、にんじん、グリーンピース きゅうり、にんじん、切り干しだいこん	ハヤシベース（Allg' ソリ） 酢、塩
	午後おやつ	牛乳 ★じゃが芋のオープン焼き	じゃがいも、マヨネーズ（卵なし）、 コーン油、パン粉	牛乳 ベーコン	たまねぎ	
18 火	午前おやつ	ココアアプラス		ココアアプラス		
	昼食	ごはん とり肉の甘辛煮 拌三絲 すまし汁	米 てんさい糖 はるさめ、てんさい糖、ごま油	とり肉 ハム 絹ごし豆腐、削り節	 キャベツ、きゅうり、にんじん しめじ、青ねぎ、だし昆布	濃口しょうゆ、酒、みりん 酢、濃口しょうゆ、塩 淡口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★スナックコーンフレーク ラムネ	コーンフレーク、マシュマロ、バター ラムネ	牛乳		
19 水	午前おやつ	牛乳 おこめぼん棒	おこめぼん棒	牛乳		
	昼食	ロールパン（卵なし） クリームシチュー シューマイ フレンチサラダ	ロールパン(卵なし) じゃがいも、コーン油 コーン油、てんさい糖	とり肉 シューマイ	たまねぎ、にんじん、コーン、グリーンピース キャベツ、りんご、にんじん、きゅうり	シチューフレーク(Allg' ソリ)-、塩 酢、塩
	午後おやつ	牛乳 ★マカロニあべ川	ツイストマカロニ、てんさい糖	牛乳 きなこ		塩
20 木	午前おやつ	牛乳 いよかん		牛乳	いよかん	
	昼食	みそラーメン チャンプルー	中華めん、ごま油 コーン油	ぶた肉、みそ、赤みそ 木綿豆腐、花かつお	はくさい、にんじん、たけのこ、青ねぎ 太もやし、にら、にんじん	とりがらスープ、濃口しょうゆ 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	★ふりかけおにぎり ★じゃこと干しいたけの佃煮	米 てんさい糖、白ごま	かつおふりかけ ちりめんじゃこ	味付けのり 干しいたけ	濃口しょうゆ、みりん、酒
21 金	午前おやつ	牛乳 ビスコ	ビスコ	牛乳		
	昼食	ごはん 鮭の塩焼き 若ごぼうのきんぴら みそ汁	米 コーン油、てんさい糖、白ごま	さけ ぶた肉、削り節 みそ、うすあげ、削り節、煮干し	 れんこん、若ごぼう、こんにゃく、にんじん たまねぎ、青ねぎ	濃口しょうゆ、みりん、塩
	午後おやつ	牛乳 ★大豆ナゲット	マヨネーズ（卵なし）、パン粉、かたく り粉	牛乳 とりミンチ、木綿豆腐、大豆		トマトケチャップ、塩
22 土	午前おやつ	牛乳 おこさませんべい	おこさませんべい	牛乳		
	昼食	中華風まぜごはん れんこんの花かつお和え ワントンスープ	米、てんさい糖、コーン油 てんさい糖	ぶた肉 花かつお 肉入りワンタン	にんじん、たけのこ、グリーンピース、しょうが、 干しいたけ れんこん えのきたけ、青ねぎ	濃口しょうゆ、塩 濃口しょうゆ、塩 とりがらスープ、濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★ふかし芋	さつまいも	牛乳		
25 火	午前おやつ	牛乳 おさかなウィンナー		牛乳 おさかなウィンナー		
	昼食	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのごま和え	米 てんさい糖、コーン油 白ごま、てんさい糖	木綿豆腐、牛肉、削り節	たまねぎ、糸こんにゃく、にんじん ブロッコリー	濃口しょうゆ、みりん、塩 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★スティックパイ ぼんち揚げ	パイシート、グラニュー糖、小麦粉 ぼんち揚げ	牛乳		
26 水 誕生会	午前おやつ	牛乳 マンナビスケット	マンナビスケット	牛乳		
	昼食	ケチャップライス 菜果サラダ ポテトフライ コンソメスープ	米、コーン油 てんさい糖 じゃがいも、コーン油	ぶた肉	たまねぎ、にんじん、ピーマン キャベツ、みかん、きゅうり たまねぎ、コーン	トマトケチャップ、塩 酢、塩 塩 マギーブイヨン、塩
	午後おやつ	牛乳 ★大豆と豆腐のマフィン	小麦粉、バター、てんさい糖、白ごま	牛乳 絹ごし豆腐、牛乳、大豆		ベーキングパウダー
27 木	午前おやつ	牛乳 カルルス	カルルス	牛乳		
	昼食	ごはん さわらの幽庵焼き ひじきの炒り煮 みそ汁	米 てんさい糖、コーン油	さわら うすあげ、削り節 みそ、削り節、煮干し	ゆず果汁 こんにゃく、にんじん、ひじき、グリーンピース たまねぎ、えのきたけ、青ねぎ	濃口しょうゆ、みりん、酒 濃口しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 ★かるかん	上新粉、ながいも、てんさい糖、甘納豆	牛乳		ベーキングパウダー
28 金	午前おやつ	牛乳 ピピピチーズ		牛乳 ビビピチーズ		
	昼食	大根めし しろなのゆかり和え すまし汁	米、てんさい糖	とり肉、うすあげ ゆば、削り節	だいこん、にんじん、だし昆布 しろな、にんじん しめじ、青ねぎ、だし昆布	濃口しょうゆ、みりん、塩 ゆかり 淡口しょうゆ、塩
	午後おやつ	ココアアプラス いよかん		ココアアプラス	いよかん	

