

きゅうしょくだより 2月

慶光保育園

令和8年1月30日発行

月	火	水	木	金	土
2 ・厚揚げの中華煮 ・ひじきの中華和え ・かえり ・オレンジ ・黄粉トースト ・牛乳	3 ・大豆入りカレー ・切昆布の当座煮 ・レタス ・バナナ ・節分クッキー ・牛乳	4 ・魚のマヨネーズ焼き ・青菜のおかか和え ・ゆかりスパ ・リンゴ ・桜エビおにぎり ・牛乳	5 ・洋風かきたま汁 ・蓮根の金平 ・オレンジ ・みたらし団子 ・牛乳	6 ・豆腐ハンバーグ ・南瓜サラダ ・ブロッコリー ・バナナ ・胡麻フロランタン ・牛乳	7 ・和風スパゲティー ・ゆで卵 ・リンゴ ・おせんべい
9 ・きのこ豚肉の卵炒め ・厚揚げと蒟蒻の煮物 ・オレンジ ・ウインナーパン ・牛乳	10 ・白菜と肉団子のスープ ・肉と野菜の変わり金平 ・トマト ・オレンジゼリー ・牛乳	11 	12 お弁当日 	13 ・魚の香草パン粉焼き ・野菜の納豆和え ・薩摩芋甘煮 ・バナナ ・人参ケーキ ・牛乳	14 ・焼きそば ・ウインナー ・オレンジ ・クリームパン
16 ・レバーの甘辛煮 ・ポテトサラダ ・リンゴ ・フレンチトースト ・牛乳	17 ・豆腐のまり揚げ ・小松菜のナムル ・トマト ・南瓜マフィン ・牛乳	18 ・ピザ風卵焼き ・ツナとわかめのさっと煮 ・バナナ ・おさつ餃子 ・牛乳	19 ・鮭のムニエル ・野菜のチャプチェ ・人参甘煮 ・リンゴ ・豆乳もち ・牛乳	20 ・麻婆豆腐 ・白菜のごま和え ・オレンジ ・じゃこおにぎり ・牛乳	21 ・三色丼 ・味噌汁 ・バナナ ・ゼリー
23 	24 ・魚のホイル蒸し ・和風サラダ ・リンゴ ・じゃがりこ風 ・牛乳	25 ・炒り卵のミートソースかけ ・切干大根の和え物 ・オレンジ ・蓮根チップス ・牛乳	26 ・凍り豆腐のそぼろ煮 ・スパゲティーサラダ ・ししゃも ・トマト ・フルーツヨーグルト ・牛乳	27 ・ひじきご飯 ・ハートのコロッケ ・キャベツのサラダ ・バナナ ・ケーキ ・牛乳	28 ・野菜ラーメン ・ゆで卵 ・リンゴ ・バーンクーヘン
 今月のお弁当日は 12日（木）です。 ※今月は水曜日ではありません。 ご注意ください。 					

蓮根チップス

- ・蓮根（生） 250 g
- ・揚げ油 適量
- ・粉チーズ 5 g
- ・青のり 0.5 g

- ①蓮根を薄くスライスする
- ②油でカラッと揚げる
- ③粉チーズ・青のりをまぶす



※都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。