

給食メニュー 2023年2月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
		2023.02.01	2023.02.02	2023.02.03	2023.02.04
		梅おかかごはん 味噌汁 (じゃが芋・玉ねぎ・あおさ) 魚の煮つけ ほうれん草おひたし ミニトマト りんご寒天	ごはん 味噌汁 (ブロッコリー・しめじ・ごま) 魚のソテー味噌ソース じゃが芋人参のきんぴら しらす海苔納豆 玄米ゴマせんべい 果物	鬼おにぎり 雷汁 蒸し豆ベーコン 果物 米粉バナナケーキ	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2023.02.06	2023.02.07	2023.02.08	2023.02.09	2023.02.10	2023.02.11
糸こんにゃくそばろごはん キャベツと豆のスープ しらすとよもぎの粉ふき芋 ブロッコリー醤油麹胡麻和え	ごはん 味噌汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 魚の昆布蒸し キャベツ納豆 果物	梅おかかごはん 味噌汁 (もずく・えのき) 魚のカレムニエル トマトきゅうり塩麹サラダ アスパラの塩炒め きな粉ヨーグルト 果物	ごはん 味噌汁 (豆腐・キャベツ) 魚のしょうが煮 ワカメとちくわのきんぴら 春菊ごま味噌和え 抹茶のメープルごま絡め 玄米ぼん煎餅	ごはん 味噌汁 (かぶ・油揚げ) 鶏肉のおろし煮 人参じゃこ炒め トマト お誕生日ケーキ	休園日
サラダチキン きゅうりスティック	ふかし芋 レーズン				
2023.02.13	2023.02.14	2023.02.15	2023.02.16	2023.02.17	2023.02.18
梅おかかごはん ザワークラウトスープ 魚のオレンジソース しらす入り粉ふき芋 きゅうりスティック 干し芋 ちりめんじゃこ	すき焼き風煮丼 味噌汁 (ほうれん草・人参・ごぼう) 玉ねぎ人参じゃこ炒め 小松菜のおかか煮びたし	ごはん 味噌汁 (さつまいも・厚揚げ・ごま) 魚と野菜塩麹蒸し きゅうりの塩昆布漬け 金時豆 大豆チーズ焼き	ごはん 味噌汁 (なす・玉ねぎ) 魚のゴマ味噌がけ ほうれん草の胡麻和え コーン納豆 米粉の和風ケーキ	ごはん 味噌汁 (豆腐・白菜) 豆腐ハンバーグ 大豆の甘辛揚げ焼き 果物 よもぎ水ようかん	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2023.02.20	2023.02.21	2023.02.22	2023.02.23	2023.02.24	2023.02.25
ごはん 味噌汁 (ほうれん草・玉ねぎ・ごぼう) 豚こま酢豚 もずくときゅうりの酢の物 しらす ホットケーキ 果物	ごはん 味噌汁 (小松菜・玉ねぎ) 魚の塩麹焼き きんぴらごぼう 梅おかか納豆 バナナヨーグルト レーズン	ツナ大豆ごはん 味噌汁 (レタス・人参・豆腐) 里芋ひき肉煮物 果物 りんごのパウンドケーキ	休園日	ごはん 味噌汁 (もずく・豆腐) 魚の味噌煮 切り干し大根の煮物 かぼちゃ胡麻和え 寒天人参オレンジゼリー 玄米おかき	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2023.02.27	2023.02.28				
白菜丼 味噌汁 (豆腐・ねぎ・わかめ) ブロッコリーと人参のごま和え ちくわの磯辺焼き 焼塩せんべい	ごはん 味噌汁 (豆腐・あおさ) 魚のハーブムニエル カレー風味のジャーマンポテト 果物 みかんヨーグルト				
<p><今月の予定> 2/3 (金) …節分の日「鬼おにぎり」「雷汁」を食べて、鬼を追い払おう！</p> <p>2/10 (金) 食育の日「大根とかぶ」…冬野菜の代表、「大根」と「かぶ」についてお話しします。</p> <p>2/17 (金) お料理の日「豆腐ハンバーグ」…大豆製品・豆腐を使った豆腐ハンバーグに挑戦です。</p>					

*献立内容が変更になる場合がございます。ご了承ください。