

## 2月 2週間サイクル汁もの献立

小竹さくらんぼひろば

厚揚げとかぶの味噌汁 (月)	わかめのスープ (火)	のっぺい汁 (水)	キャベツのみそ汁 (木)	じゃが芋と豚肉のみそ汁 (金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮干し</li> <li>・かぶ</li> <li>・かぶの葉</li> <li>・厚揚げ</li> <li>・人参</li> <li>・万能ねぎ</li> <li>・味噌</li> </ul> <p>3日・17日</p> <p>*大豆</p> <p>*大豆</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昆布</li> <li>・削り節</li> <li>・生わかめ</li> <li>・人参</li> <li>・はくさい</li> <li>・ねぎ</li> <li>・塩</li> <li>・しょうゆ</li> </ul> <p>4日・18日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昆布</li> <li>・鶏肉</li> <li>・人参</li> <li>・ごぼう</li> <li>・大根</li> <li>・里芋</li> <li>・塩</li> <li>・しょうゆ</li> <li>・片栗粉</li> </ul> <p>5日・19日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮干し</li> <li>・人参</li> <li>・キャベツ</li> <li>・玉ねぎ</li> <li>・しめじ</li> <li>・麩</li> <li>・味噌</li> </ul> <p>6日・20日</p> <p>*小麦粉</p> <p>*大豆</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮干し</li> <li>・豚肉</li> <li>・じゃが芋</li> <li>・玉ねぎ</li> <li>・人参</li> <li>・ほうれん草</li> <li>・みそ</li> </ul> <p>7日・21日</p> <p>*大豆</p>

玉ねぎとにらのスープ (月)	さつま芋とベーコンのスープ (火)	豆腐のみそ汁 (水)	里芋と白菜のみそ汁 (木)	大根と油揚げの味噌汁 (金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・昆布</li> <li>・削り節</li> <li>・人参</li> <li>・玉ねぎ</li> <li>・にら</li> <li>・しめじ</li> <li>・小松菜</li> <li>・塩</li> </ul> <p>10日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昆布</li> <li>・ベーコン</li> <li>・人参</li> <li>・玉ねぎ</li> <li>・さつま芋</li> <li>・塩</li> <li>・しょうゆ</li> </ul> <p>25日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮干し</li> <li>・人参</li> <li>・大根</li> <li>・ねぎ</li> <li>・豆腐</li> <li>・ほうれん草</li> <li>・みそ</li> </ul> <p>12日・26日</p> <p>*大豆</p> <p>*大豆</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮干し</li> <li>・人参</li> <li>・白菜</li> <li>・玉ねぎ</li> <li>・里芋</li> <li>・しめじ</li> <li>・みそ</li> </ul> <p>13日・27日</p> <p>*大豆</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮干し</li> <li>・大根</li> <li>・人参</li> <li>・玉ねぎ</li> <li>・油揚げ</li> <li>・小松菜</li> <li>・みそ</li> </ul> <p>14日・28日</p> <p>*大豆</p> <p>*大豆</p>

\* さくらんぼ広場の各スープ類は塩分0.68%で作っています。

\* 赤字はアレルギー食材です。

\* 急遽食材が変更する場合がございます。ご了承ください。