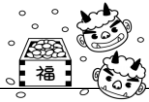




令和6年2月献立表(幼児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄	赤	緑	
			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 木	19 月	昼食	肉みそうどん すまし汁 キャベツのおかか和え みかん	うどん、砂糖、片栗粉 豚肉、みそ ちくわ、かつお節	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ わかめ、コーン キャベツ、きゅうり みかん	エネルギー 368KCal たんぱく質 13.0g 脂 質 6.1g カルシウム 92mg 食塩相当量 3.0g
		午後おやつ	麦茶 やわらかおかき(うすしお)	麦茶 やわらかおかき(うすしお)		
2 金	☆ 節 分 給 食 ☆	昼食	オムライス コンソメスープ コロコロサラダ バナナ	米 マヨネーズ 水煮大豆、ベーコン	たまねぎ、にんじん 白菜、えのき きゅうり、にんじん、コーン バナナ	エネルギー 598KCal たんぱく質 20.0g 脂 質 22.1g カルシウム 167mg 食塩相当量 1.5g
		午後おやつ	牛乳 たまごボーロ	牛乳 たまごボーロ		
5 月	20 火	昼食	ご飯 みそ汁 鶏肉のカレー焼き 小松菜の煮浸し 白桃缶	米 じゃがいも 油 みそ 鶏肉 さつま揚げ	たまねぎ にんにく 小松菜、にんじん 白桃缶	 エネルギー 485KCal たんぱく質 21.2g 脂 質 14.2g カルシウム 257mg 食塩相当量 1.6g
		午後おやつ	牛乳 ソフトシュークリーム	牛乳 ソフトシュークリーム		
6 火	22 木	昼食	ふりかけご飯(やさい) みそ汁 魚のマヨネーズ焼き にんじんシリシリ 洋なし缶	米 さつまいも、焼き麴 マヨネーズ すりごま、ごま油 卵、ツナ	やさいふりかけ パセリ にんじん 洋なし缶	エネルギー 518KCal たんぱく質 19.5g 脂 質 17.8g カルシウム 168mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ	牛乳 焼きプリンタルト	牛乳 焼きプリンタルト		
7 水	16 金	昼食	ハヤシライス ナゲット もやしのナムル りんご	米 ごま、ごま油 豚肉 ナゲット ハム	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム もやし、にんじん りんご	エネルギー 588KCal たんぱく質 19.6g 脂 質 18.6g カルシウム 169mg 食塩相当量 2.1g
		午後おやつ	牛乳 丸ぼうろ	牛乳 丸ぼうろ		
8 木	21 水	昼食	ロールパン(いちご&マーガリン) 野菜スープ オムレツ はるさめサラダ パイ缶	ロールパン、いちご&マーガリン オムレツ 魚肉ソーセージ 春雨、中華ドレッシング	キャベツ、にんじん きゅうり、にんじん パイ缶	エネルギー 401KCal たんぱく質 13.8g 脂 質 14.3g カルシウム 87mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ	麦茶 お好み焼き	麦茶 かつお節	青のり	
9 金	29 木	昼食	ご飯 すまし汁 鶏肉のごまみそ焼き 豆腐の煮物 フルーツカクテル缶	米 焼き麴 砂糖、すりごま 砂糖 鶏肉、みそ 豆腐、さつま揚げ	あさつき にんじん、いんげん、しいたけ フルーツカクテル缶	エネルギー 529KCal たんぱく質 23.5g 脂 質 15.6g カルシウム 195mg 食塩相当量 1.8g
		午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ(バナナ)	牛乳 ソフトクレープ(バナナ)		
13 火	26 月	昼食	ご飯 みそ汁 白身魚のフライ ブロッコリーのサラダ みかん缶	米 油 フレンチドレッシング 白身魚のフライ ベーコン	かぼちゃ、ほうれん草 ブロッコリー、にんじん、コーン みかん缶	エネルギー 508KCal たんぱく質 19.5g 脂 質 13.9g カルシウム 171mg 食塩相当量 2.0g
		午後おやつ	牛乳 たまごパン	牛乳 たまごパン		
14 水	☆ バ レ ン タ イ ン 給 食 ☆	昼食	ご飯 すまし汁 ハートのハンバーグ 大根とツナのサラダ カットゼリー(マスカット)	米 和風ドレッシング 豆腐 ハートのハンバーグ ツナ	あさつき だいこん、きゅうり、コーン カットゼリー	エネルギー 636KCal たんぱく質 20.9g 脂 質 26.5g カルシウム 166mg 食塩相当量 1.8g
		午後おやつ	牛乳 クッキー	牛乳 小麦粉、無塩バター、砂糖 卵		
15 木	27 火	昼食	豚丼 みそ汁 ごぼうときゅうりのサラダ 黄桃缶	米、片栗粉 マヨネーズ みそ、油揚げ ベーコン	たまねぎ、ねぎ、しょうが、にんにく なめこ ごぼう、にんじん、きゅうり、コーン 黄桃缶	 エネルギー 579KCal たんぱく質 17.5g 脂 質 26.2g カルシウム 67mg 食塩相当量 1.6g
		午後おやつ	野菜ジュース お麴のラスク(きな粉)	きな粉 無塩バター、砂糖	野菜ジュース	
28 水	☆ お 誕 生 日 給 食 ☆	昼食	ミートスパゲティ コンソメスープ さつまいものサラダ ストロベリーゼリー	スパゲティ、油、砂糖 さつまいも、ごまドレッシング	たまねぎ、にんじん だいこん、たまねぎ きゅうり ストロベリーゼリーの素	エネルギー 590KCal たんぱく質 20.1g 脂 質 13.0g カルシウム 338mg 食塩相当量 1.8g
		午後おやつ	ジョア ケーキ	ジョア ケーキ、生クリーム		

※おやつ 2月10日(土) アンパンマンビスケット 2月12(月) ベジたべる 2月23(金) たべっ子どうぶつ 2月24日(土) サッポロボト
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。