

令和 05 年 2 月分 給食予定献立表

3歳未満児 アケボノ保育園

月	火	水	木	金	土
		1 ご飯 スープ チーズオムレツ シャーマンポテト フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ラスク エネルギー：556Kcal 蛋白質：19.3g 脂質：24.4g 塩分：3g	2 ご飯 たまごスープ 酢豚 中華風春雨サラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 鮭のクリームパスタ エネルギー：555Kcal 蛋白質：20.9g 脂質：23.5g 塩分：1.3g	3 ご飯 味噌汁 いわしの甘露煮 大豆とひじきのきんぴら おかかふりかけ フルーツ 午前：牛乳 ウエハース 午後：麦茶 恵方巻風おにぎり エネルギー：471Kcal 蛋白質：21g 脂質：10.7g 塩分：9g	4 ジャーチャー麺 きのこサラダ フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 パームクーヘン せんべい エネルギー：471Kcal 蛋白質：14.9g 脂質：16.8g 塩分：1.2g
	6 ご飯 味噌汁 かに玉風卵焼き パンパンジー フルーツ 午前：牛乳 ウエハース 午後：麦茶 醤油焼きおにぎり エネルギー：445Kcal 蛋白質：18.9g 脂質：12.4g 塩分：1.8g	7 《誕生会》 鬼ライス スープ 春巻き 中華サラダ フルーツ  午前：ヨーグルト 午後：野菜ジュース 節分ケーキ エネルギー：531Kcal 蛋白質：17.1g 脂質：22.4g 塩分：1.8g	8 ご飯 スープ 鶏肉のトマト煮 グリーンサラダ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ホットケーキ エネルギー：456Kcal 蛋白質：16.5g 脂質：14.6g 塩分：1.5g	9 ご飯 すまし汁 鮭の生姜焼き 大根と鶏肉の煮物 フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ロールパン エネルギー：468Kcal 蛋白質：22.4g 脂質：10.8g 塩分：1.6g	10 ご飯 スープ ドライカレー ス克蘭ブルエッグ チーズ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 いちごソフール せんべい エネルギー：582Kcal 蛋白質：23.4g 脂質：25.3g 塩分：2.7g
13 ご飯 わかめスープ 豚肉のチャブチ風 チヂミ フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 フルーツサンド エネルギー：575Kcal 蛋白質：20.4g 脂質：17.3g 塩分：1.1g	14 ご飯 スープ ハンバーグ 添え野菜 フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ココアマドレーヌ エネルギー：516Kcal 蛋白質：15.9g 脂質：22.6g 塩分：1.6g	15 ご飯 味噌汁 揚げ魚おろしがけ 和風サラダ めかぶ納豆 フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ミートパイ エネルギー：459Kcal 蛋白質：18.5g 脂質：15.2g 塩分：1.8g	16 ご飯 ワンタンスープ ちくわ入りエビチリ もやしの中華サラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：552Kcal 蛋白質：21.3g 脂質：14.2g 塩分：2.6g	17 《お弁当の日》 	18 磯ラーメン チョレギサラダ フルーツ 午前：麦茶 ウエハース 午後：牛乳 タルト せんべい エネルギー：410Kcal 蛋白質：16.3g 脂質：15.5g 塩分：1.1g
20 ご飯 味噌汁 鮭のチーズフライ キャベツのしらす和え ごま塩ふりかけ フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：麦茶 フライドポテト エネルギー：393Kcal 蛋白質：17.9g 脂質：11.6g 塩分：1.2g	21 ご飯 ポトフ チキンナゲット ブロッコリーマヨネーズ和え フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ディアマンクッキー エネルギー：568Kcal 蛋白質：17.6g 脂質：20.7g 塩分：1g	22 ご飯 ひき肉とうすら卵のカレー ウィナー 白菜の即席漬け フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 中華まん エネルギー：599Kcal 蛋白質：20.5g 脂質：21.4g 塩分：2.2g	23 (天皇誕生日) 	24 ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き 筑前煮 フルーツ 午前：麦茶 ウエハース 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：467Kcal 蛋白質：20.5g 脂質：14.6g 塩分：1.4g	25 かに玉そうめん 根菜の甘辛炒め フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ピザ エネルギー：394Kcal 蛋白質：15.3g 脂質：13.4g 塩分：1.4g
27 ご飯 中華スープ 焼きぎょうざ 大根サラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ジャコトースト エネルギー：457Kcal 蛋白質：14.6g 脂質：18.1g 塩分：1.3g	28 ご飯 おでん汁 鯖の西京焼き 切り干し大根の炒め煮 納豆 フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ほうれん草ドーナツ エネルギー：488Kcal 蛋白質：18.5g 脂質：12.5g 塩分：1.1g	○昼食時には、毎日麦茶を提供しています。 ○都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。 ○朝ご飯は毎日しっかり食べてきましょう！！			



2月 たまご組 後期食給食献立予定



日	曜	昼 食	軽 食
1	水	おかゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、じゃがいものそぼろ煮	パンケーキ
2	木	おかゆ、スープ、鶏肉のほぐし煮、ブロッコリーサラダ	そうめん汁
3	金	おかゆ、味噌汁、煮魚、かぼちゃの甘煮	肉入りおじや
4	土	うどん汁、キャベツサラダ	ヨーグルト、白せんべい
6	月	おかゆ、味噌汁、豆腐のそぼろあんかけ、ほうれん草のお浸し	ミルクトースト
7	火	おかゆ、スープ、肉団子のあんかけ、キャベツサラダ	パンケーキ
8	水	おかゆ、スープ、鶏肉のほぐし煮、ブロッコリーサラダ	そうめん汁
9	木	おかゆ、すまし汁、魚のうま煮、大根の煮物	野菜おじや
10	金	おかゆ、スープ、ささみのほぐし煮、キャベツサラダ	ヨーグルト、白せんべい
11	土	(建国記念日) 	
13	月	おかゆ、スープ、魚のほぐし煮、かぼちゃサラダ	さつまいもペーストサンド
14	火	おかゆ、スープ、ハンバーグ風、ブロッコリーサラダ	カップケーキ
15	水	納豆がゆ、味噌汁、魚のうま煮、ほうれん草のお浸し	
16	木	おかゆ、スープ、豆腐のあんかけ、キャベツサラダ	ミルクトースト
17	金	おかゆ、味噌汁、煮魚、さつまいもの甘煮 (満1歳以上お弁当)	ヨーグルト、白せんべい
18	土	うどん汁、青菜の和え物	魚おじや
20	月	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、キャベツサラダ	そうめん汁
21	火	おかゆ、スープ、肉団子のあんかけ、ブロッコリーサラダ	パンケーキ
22	水	おかゆ、すまし汁、豆腐のあんかけ、白菜のお浸し	肉入りおじや
23	木	(天皇誕生日) 	
24	金	おかゆ、味噌汁、煮魚、ほうれん草のお浸し	かぼちゃペーストサンド
25	土	そうめん汁、さつまいもの甘煮	ヨーグルト、白せんべい
27	月	おかゆ、スープ、鶏肉のうま煮、大根サラダ	ミルクトースト
28	火	納豆がゆ、すまし汁、魚のうま煮、切り干し大根煮	野菜おじや