



2月の献立



R1年度

新町かぜいろ
こども園

献立名			未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)	
						上段...以上児/下段...未満児			
1	土	ごはん メルルーサのトマトソースかけ 野菜スープ 鉄骨サラダ いちご	お茶 おせんべい		米/メルルーサ・玉葱・トマト/チーズ・ ひじき・きゅうり・小松菜・コーン/人 参・南瓜・キャベツ	344 312	14.1 13.2	1.8 1.6	
2	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			ジョア ビスケット				
3	月	変わり ごは ん 鬼ごは ん 春巻き キャベツの塩もみ	けんちん汁 みかん	牛乳 クッキー	豆乳 恵方巻き・以上児)節分豆	633 615	20.9 20.9	1.7 1.6	
4	火	ごは ん かじきの香味焼き 小松菜の和え物	豚汁 ゼリー	お茶 クラッカー	牛乳 カルシウムトースト	565 510	24.7 22.1	2.1 1.9	
5	水	変わり ごは ん コーンピラフ グラタン 鶏肉のマーマレード焼き	トマトと卵のスープ オレンジ	お茶 ビスケット	牛乳 ショコラ	570 497	24.2 20.2	2.3 1.9	
6	木	ごは ん 豚肉と牛蒡の卵とじ 切り干し大根のナムル	バナナ	お茶 小魚	牛乳 マシュマロフレーク	565 489	18.8 19.8	1.7 2	
7	金	ごは ん 鯖の味噌煮 蓮根のきんぴら	わかめスープ ヨーグルト	牛乳 かりんとう	豆乳 じゃが芋餅(ツナ)	531 529	23.2 22.8	2.1 1.8	
8	土	うどん けんちんうどん ほうれん草の中華和え	磯部揚げ グレープフルーツ	お茶 クラッカー	牛乳 クレープ	484 422	19.9 16.3	2.5 2.1	
9	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			お茶 小魚	牛乳 おせんべい・クッキー			
10	月	ごは ん 炒り鶏 もやしの塩ナムル	バナナ	お茶 おせんべい	牛乳 キャラメルポテト	553 485	16.2 13.8	1.2 1.2	
11	火	ごは ん タンダーチキン キャベツのマヨサラダ	オニオンスープ キウイフルーツ	お茶 ビスケット	牛乳 アスパラガス	419 367	18.6 19.6	2.1 2.2	
12	水	パスタ カルボナーラ じゃこサラダ	野菜スープ オレンジ	お茶 かりんとう	牛乳 チーズおかかおにぎり	631 546	22.8 19.2	2.2 1.8	
13	木	ごは ん アジの蒲焼き さつま芋のサラダ	豆乳スープ ゼリー	お茶 クッキー	牛乳 クリームサンド	597 529	20.8 19	1.1 1	
14	金	ごは ん ハンバーグ ブロッコリーの中華和え	コンソメスープ みかん	お茶 ビスケット	牛乳 ココアムース	539 476	19.1 16.1	1.8 1.5	
15	土	ごは ん カレーのガーリックバター 小松菜の和え物	お吸い物 バナナ	お茶 クッキー	牛乳 キャラメルコーン	448 423	19.4 16.7	2 1.7	
16	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			お茶 おせんべい	牛乳 クリームパン			
17	月	ごは ん カレー ツナサラダ	キウイフルーツ	お茶 かりんとう	牛乳 キャラメル蒸しパン	543 471	17.6 15	2 1.6	
18	火	ごは ん ホキフライ ほうれん草のおかか和え	お吸い物 チーズ	牛乳 ビスケット	豆乳 すいとん	521 538	25.6 26.6	2.5 2.2	
19	水	ごは ん 鶏じゃが コールスロー	オレンジ	お茶 おせんべい	牛乳 サンドイッチ(卵)	537 465	20 16.8	1.6 1.4	
20	木	ごは ん 鮭のレモンみりん焼き ほうれん草の白和え	白菜のミルクスープ ゼリー	牛乳 クッキー	牛乳 フルーツヨーグルト	486 504	20.7 22.3	2 1.8	
21	金	ごは ん 親子煮 マカロニサラダ	バナナ	お茶 小魚	牛乳 ハーベスト・星たべよ	666 570	21.5 22	1.8 2	
22	土	ごは ん 八宝菜 キャベツのゴママヨ和え	お吸い物 ゼリー	お茶 ビスケット	牛乳 バームクーヘン	452 421	15.7 13.8	1.9 1.6	
23	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*			お茶 かりんとう	牛乳 今川焼			
24	月	ごは ん 唐揚げ キャベツのゴマ味噌和え	野菜スープ オレンジ	お茶 クラッカー	牛乳 メロンパン・おせんべい	561 494	25.2 21	2.3 2	
25	火	ごは ん 厚揚げの麻婆風 ブロッコリーのサラダ	バナナ	お茶 クッキー	牛乳 おからのスコーン	574 497	18.4 15.5	1.5 1.3	
26	水	うどん 五目うどん 野菜オムレツ	グレープフルーツ	牛乳 ビスケット	いなり寿司 チーズ	379 400	18.4 18.2	2.1 1.8	
27	木	ごは ん タラの野菜あんかけ 鉄骨サラダ	味噌汁 いちご	牛乳 かりんとう	豆乳 じゃがバター	491 504	21 22.4	2.3 1.9	
28	金	ナン キーマカレー キャベツのナムル	キウイフルーツ	お茶 おせんべい	牛乳 カルシウムおにぎり	577 493	21.9 18.2	2.7 2.3	
29	土	ごは ん 鮭の青のり焼き ひじきサラダ	味噌汁 いちご	お茶 クラッカー	牛乳 ビスコ・ぼたぼた焼き	632 560	22.5 20.6	2.6 1.9	
						平均	528	20.4	2
							482	18.8	1.8

献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください