



# 2月の献立



## R3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	火	菜飯 カジキの竜田揚げ ほうれん草のお浸し	カレースープ チーズ	牛乳 クラッカー	バナナ豆乳 ヨーグルト蒸しパン	522 508	21.1 21.9	2 1.8	
2	水	パン きのこシチュー 小松菜のごま味噌和え	オレンジ	牛乳 おせんべい	豆花	446 473	20.5 21.3	2 1.8	
3	木	ごはん キーマカレー(鬼バージョン) ブロッコリーのサラダ	みかん	お茶 バナナチップ	恵方巻き 以：節分豆	599 549	21.2 20.4	2.1 1.8	
4	金	ごはん 鮭のあけぼの焼き もやし塩ナムル	トマトと卵のスープ ゼリー	お茶 かみかみ昆布	牛乳 クリームサンド	503 436	23.6 21.1	1.5 1.2	
5	土	うどん けんちんうどん さつま芋サラダ	ナゲット オレンジ	お茶 おせんべい	牛乳 クレープ(いちご)	484 422	18.9 15.9	2.6 2.2	
6	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 クラッカー	牛乳 豆乳プリンタルト			
7	月	ごはん サバの味噌煮 切り干し大根の煮つけ	きのこ汁 キウイフルーツ	お茶 おせんべい	牛乳 ガーリックトースト	549 476	22.8 19	2.6 2.2	
8	火	ごはん 黄金煮 鉄骨サラダ	グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 すいとん	508 435	19.3 20.2	2.1 2.3	
9	水	ビビンバ ローストチキン グラタン	野菜スープ オレンジ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 シヨクラケーキ	539 455	23.7 19.4	2.1 1.7	
10	木	ごはん アジの蒲焼き 小松菜の和え物	味噌汁 バナナ	お茶 チーズ	牛乳 じゃがバター	502 458	19.3 19.3	2.2 2	
11	金	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 おせんべい	牛乳 ロールケーキ			
12	土	ごはん 肉じゃが 切り干し大根の中華和え	白菜のスープ みかん	お茶 クラッカー	まめびよ ソフトせん・ハーベスト	618 557	21.3 18.6	2.2 1.9	
13	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 バナナチップ	牛乳 さやえんどう			
14	月	ふりかけ カレーのパン粉焼き わかめサラダ	お吸い物 ゼリー	お茶 チーズ	牛乳 ココアマフィン	523 469	20.7 20.5	1.8 2	
15	火	ごはん 厚揚げの豚酢風 ポテトサラダ	グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 焼きそばパン	543 463	17.7 18.8	2.8 2.1	
16	水	うどん きつねうどん 和風オムレツ	キャベツの付け合せ オレンジ	牛乳 バナナチップ	そばろおにぎり	594 542	26.6 24.7	1.8 2.3	
17	木	ごはん チキンカレー 千草和え	キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	フルーツヨーグルト	438 453	14 15.2	1.9 1.6	
18	金	ごはん ブリの生姜焼き ビーフ炒め	豆乳スープ ヨーグルト	お茶 バナナチップ	牛乳 おせんべい・ウエハース	614 526	23.2 20	1.8 1.5	
19	土	ごはん 照り焼きチキン 蓮根サラダ	味噌汁 グレープフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 りんごタルト	423 378	20.1 18.4	0.9 1.7	
20	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 おせんべい	牛乳 パクンチョコ			
21	月	ごはん カジキのトマトソース ひじきのサラダ	枝豆クリームスープ キウイフルーツ	牛乳 かみかみ昆布	豆乳 わらび餅	505 482	20.5 21.5	2 0.8	
22	火	ごはん 麻婆豆腐丼 春雨サラダ	餃子 ゼリー	お茶 チーズ	牛乳 大学芋	654 551	20.7 18.3	1.5 1.8	
23	水	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 クラッカー	牛乳 メープルマフィン			
24	木	パスタ ツナトマトクリームパスタ 白菜のおかか和え	いちご	お茶 小魚	牛乳 たぬきむすび	654 548	23.6 24	2.3 2.4	
25	金	ごはん ハンバーグ ブロッコリーのゴママヨ和え	コンソメスープ みかん	お茶 バナナチップ	飲むヨーグルト おからスコーン	573 474	24.2 16.6	1.8 1.4	
26	土	いなり 焼売 寿司 キャベツのサラダ	野菜スープ ゼリー	お茶 おせんべい	りんごジュース 雪の宿・チョコイス	679 573	20.4 12.8	2.4 2	
27	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 チーズ	牛乳 ポテコ			
28	月	ごはん 鱈の香味焼き 栄養きんぴら	中華風スープ チーズ	牛乳 クラッカー	豆乳 マシュマロおこし	493 498	21.9 22.8	2.3 2	
						平均	554 496	21 19.6	2 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 \*