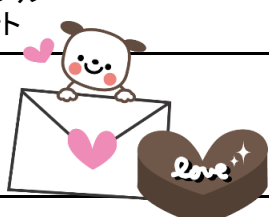
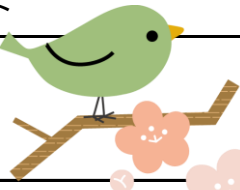




平成30年度 2月 こんだてひょう

担当 佐藤 (もんもん)

日付		午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児	夕食	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児
1	金	ドリンク ヨーグルト	鬼退治ごはん ほうとう風汁 切干大根のサラダ	牛乳 バナナクッキー いりこ(幼児のみ)	731.1(599.7) 22.8(21.0) 25.8(20.9) 3.1(2.3)	焼肉丼 スープ(豆腐・ほうれん草)	318.7(223.1) 13.8(9.7) 6.5(4.6) 1.3(0.9)
2	土	豆乳 ヨーグルト	白菜の鶏マーボー丼	牛乳 甘辛せんべい ビスコ かぼちゃビスケット			
4	月	ドリンク ヨーグルト	ごはん みそ汁(切干大根・わかめ) 大豆と豚肉の甘辛煮 ブロッコリーのマヨネーズ和え	牛乳 りんご蒸しパン	663.4(532.5) 22.7(20.0) 26.0(19.7) 2.0(1.5)	ごはん スープ(ねぎ・きょうな) 鮭のタンドリー風 もやしと大根のゆかりあえ	295.2(213.3) 16.4(12.6) 3.0(2.3) 1.3(0.9)
5	火	ドリンク ヨーグルト	ごはん スープ(コーン・春雨) 鶏のかりかりチーズ焼き キャベツとわかめの和え物	ドリンクヨーグルト 豆乳プリン	538.3(466.8) 25.0(23.1) 13.4(12.0) 1.5(1.3)	白菜の卵とじ丼 みそ汁(なめこ・豆腐)	315.9(221.1) 12.3(8.6) 7.0(4.9) 1.8(1.2)
6	水	ドリンク ヨーグルト	ロールパン 豆乳スープ ポテトサラダ	ドリンクヨーグルト わかめおにぎり	587.1(490.8) 20.6(19.7) 18.2(15.0) 2.2(1.7)	ごはん みそ汁(油あげ・もやし) 豚肉のしょうが焼き 小松菜とえのきの海苔酢和え	357.4(250.2) 13.7(9.6) 10.8(7.5) 1.6(1.1)
7	木	ドリンク ヨーグルト	ミートソーススパゲティー スープ(豆腐・葉ねぎ)	牛乳 コーンフレーク	622.3(498.9) 23.6(21.3) 17.8(14.7) 3.4(2.6)	ごはん すまし汁(わかめ・麩) 中華風切干大根 長芋とキャベツのサラダ	376.0(263.8) 10.7(7.6) 12.6(8.8) 1.1(0.8)
8	金	ドリンク ヨーグルト	ごはん みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 魚の塩焼き 白菜とほうれん草のゴマ和え	牛乳 ソフトせんべい ラムネ カンパン	563.7(461.1) 23.7(22.9) 16.3(13.4) 1.5(1.3)	ごはん スープ(人参・かぼちゃ) 豆腐チャンプルー フライドポテト	432.2(302.5) 11.2(7.8) 16.7(11.7) 0.9(0.6)
9	土	豆乳 ヨーグルト	ハヤシライス	牛乳 チーズクラッカー 水族館クッキー かぼちゃボーロ			
12	火	ドリンク ヨーグルト	ごはん スープ(ねぎ・大根) 揚げ鮭のマヨソース チンゲン菜のナムル	ドリンクヨーグルト 粉チーズケーキ	646.0(547.8) 26.2(25.1) 22.9(18.8) 1.8(1.5)	ごはん みそ汁(里芋・わかめ) 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの昆布和え	372.5(260.8) 14.3(10.0) 10.4(7.3) 1.7(1.2)
13	水	ドリンク ヨーグルト	ごはん みそ汁(玉ねぎ・切干大根) 長芋と豚バラの炒め物 ブロッコリーのおかか和え	ドリンクヨーグルト 芋けんぴ せんべい カルシウムプラス	550.6(467.7) 18.4(18.5) 16.8(13.9) 1.8(1.5)	ごはん すまし汁(えのき・葉ねぎ) シュウマイ ほうれん草の白あえ	371.0(235.9) 13.6(8.3) 9.4(5.5) 1.5(0.9)
14	木	ドリンク ヨーグルト	ごはん スープ(もやし・豆苗) ひき肉とチーズの卵焼き 白菜のコールスローサラダ	牛乳 手作りサブレ	692.5(575.0) 19.8(19.4) 29.8(23.7) 1.6(1.3)	ごはん みそ汁(麩・なめこ) 鶏肉と野菜のみそ煮 パスタサラダ	364.3(255.6) 12.7(8.9) 8.5(6.0) 2.0(1.4)
15	金	ドリンク ヨーグルト	大豆としらすのごはん ほうとう風汁 切干大根のサラダ	牛乳 ジャムサンド	666.5(556.8) 23.7(22.0) 18.8(16.0) 3.3(2.5)	焼肉丼 スープ(豆腐・ほうれん草)	318.7(223.1) 13.8(9.7) 6.5(4.6) 1.3(0.9)

日付		午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児	夕食	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児
16	土	豆乳 ヨーグルト	カレーライス 野菜スープ	牛乳 せんべい 動物ビスケット ラムネ			
18	月	ドリンク ヨーグルト	ごはん みそ汁(切干大根・わかめ) 大豆と豚肉の甘辛煮 ブロッコリーのマヨネーズ和え	牛乳 りんご蒸しパン	663.4(532.5) 22.7(20.0) 26.0(19.7) 2.0(1.5)	ごはん スープ(ねぎ・きょうな) 鮭のタンドリー風 もやしと大根のゆかりあえ	295.2(213.3) 16.4(12.6) 3.0(2.3) 1.3(0.9)
19	火	ドリンク ヨーグルト	ごはん スープ(コーン・春雨) 鶏のかりかりチーズ焼き キャベツとわかめの和え物	ドリンクヨーグルト 豆乳プリン	538.3(466.8) 25.0(23.1) 13.4(12.0) 1.5(1.3)	白菜の卵とじ丼 みそ汁(なめこ・豆腐)	315.9(221.1) 12.3(8.6) 7.0(4.9) 1.8(1.2)
20	水	ドリンク ヨーグルト	ロールパン 豆乳スープ ポテトサラダ	ドリンクヨーグルト わかめおにぎり	587.1(490.8) 20.6(19.7) 18.2(15.0) 2.2(1.7)	ごはん みそ汁(油あげ・もやし) 豚肉のしょうが焼き 小松菜とえのきの海苔酢和え	357.4(250.2) 13.7(9.6) 10.8(7.5) 1.6(1.1)
21	木	ドリンク ヨーグルト	ミートソーススパゲティー スープ(豆腐・葉ねぎ)	牛乳 かにぱん	622.3(498.9) 23.6(21.3) 17.8(14.7) 3.4(2.6)	ごはん すまし汁(わかめ・麩) 中華風切干大根 長芋とキャベツのサラダ	376.0(263.8) 10.7(7.6) 12.6(8.8) 1.1(0.8)
22	金	ドリンク ヨーグルト	ごはん みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 魚の塩焼き 白菜とほうれん草のゴマ和え	牛乳 チーズクラッカー ラムネ いりこ	563.7(461.1) 23.7(22.9) 16.3(13.4) 1.5(1.3)	ごはん スープ(人参・かぼちゃ) 豆腐チャンプルー フライドポテト	432.2(302.5) 11.2(7.8) 16.7(11.7) 0.9(0.6)
23	土	豆乳 ヨーグルト	ハヤシライス	牛乳 甘辛せんべい 英字ビスケット ビスコ			
25	月	ドリンク ヨーグルト	ごはん すまし汁(白菜・麩) 松風焼き 大根と人参の甘酢あえ	牛乳 きつねおにぎり	593.3(506.2) 21.9(20.8) 14.0(12.7) 1.6(1.3)	卵とじうどん イチゴヨーグルトゼリー	290.4(203.3) 11.4(8.0) 5.7(4.0) 1.7(1.2)
26	火	ドリンク ヨーグルト	ごはん スープ(ねぎ・大根) 揚げ鮭のマヨソース チンゲン菜のナムル	ドリンクヨーグルト お誕生日会おやつ	646.0(547.8) 26.2(25.1) 22.9(18.8) 1.8(1.5)	ごはん みそ汁(里芋・わかめ) 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの昆布和え	372.5(260.8) 14.3(10.0) 10.4(7.3) 1.7(1.2)
27	水	ドリンク ヨーグルト	ごはん みそ汁(玉ねぎ・切干大根) 長芋と豚バラの炒め物 ブロッコリーのおかか和え	ドリンクヨーグルト 芋けんぴ せんべい カルシウムプラス	550.6(467.7) 18.4(18.5) 16.8(13.9) 1.8(1.5)	ごはん すまし汁(えのき・葉ねぎ) シュウマイ ほうれん草の白あえ	371.0(235.9) 13.6(8.3) 9.4(5.5) 1.5(0.9)
28	木	ドリンク ヨーグルト	ごはん スープ(もやし・豆苗) ひき肉とチーズの卵焼き 白菜のコールスローサラダ	牛乳 ジャムサンド	610.8(517.9) 22.6(21.3) 21.1(17.6) 2.0(1.6)	ごはん みそ汁(麩・なめこ) 鶏肉と野菜のみそ煮 パスタサラダ	364.3(255.6) 12.7(8.9) 8.5(6.0) 2.0(1.4)

※都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

※栄養価は、()が3歳未満児で記載してあります。

※26日(火)はお誕生日会のため、特別おやつとなります。

※ごはんの中には「胚芽押麦・胚芽米・キヌア」が入っています。

※市販菓子は自然の素材だけを原料に、合成着色料・保存料・化学調味料等を一切使用していない安全なお菓子を出しています。