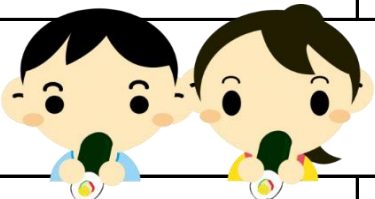
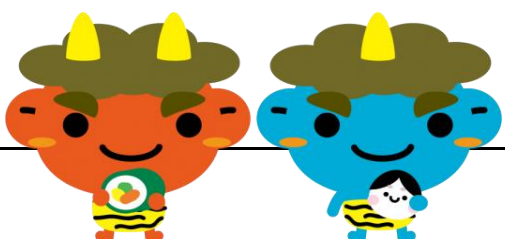




令和元年度2月 こんだてひょう

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	土	豆乳 ヨーグルト	豚肉の味噌丼	牛乳 ソフトせんべい 水族館クッキー ラムネ			
3	月	豆乳 ヨーグルト	大豆としらすの混ぜごはん ほうとう風汁 ブロッコリーのサラダ	牛乳 バナナクッキー いりこ(幼児のみ)	674.9(543.9) 23.0(20.4) 20.6(16.4) 3.2(2.4)	焼肉丼 キャンディチーズ	340.1(231.3) 15.0(10.1) 8.6(5.5) 1.0(0.7)
4	火	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(ねぎ・わかめ) チキンナゲット マカロニサラダ	ドリンクヨーグルト ミニクロワッサン	616.2(454.8) 22.5(18.7) 16.6(11.7) 2.4(1.7)	ごはん(押麦・キヌア入り) ひき肉とチーズの卵焼き 白菜のコールスローサラダ	371.1(259.8) 12.8(8.9) 13.4(9.3) 0.7(0.5)
5	水	豆乳 ヨーグルト	ロールパン 豆乳コーンシチュー ジャーマンポテト風	ドリンクヨーグルト チーズスティック	596.3(484.4) 26.3(23.2) 18.7(14.7) 2.4(1.8)	ごはん(押麦・キヌア入り) 豚肉のしょうが焼き きゅうりともやしの昆布和え	323.3(226.3) 11.5(8.1) 9.2(6.4) 0.6(0.5)
6	木	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(ねぎ・わかめ) 大豆と鶏肉の甘辛煮 白菜とほうれん草のゴマ和え	牛乳 豆乳プリン	529.4(440.6) 21.0(19.0) 15.8(12.9) 1.9(1.5)	ごはん(押麦・キヌア入り) 中華風切干大根 さつま芋の甘煮	404.1(282.9) 8.8(6.2) 11.4(8.0) 0.6(0.4)
7	金	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(麩・里芋) 揚げ鮭のマヨソース 大根のゆかりあえ	牛乳 芋けんぴ せんべい カルテツウエハース	512.8(433.4) 22.0(21.3) 16.6(13.5) 1.7(1.4)	ごはん(押麦・キヌア入り) 厚揚げのそぼろ煮 キャベツとわかめの和え物	367.2(257.1) 12.8(9.0) 11.5(8.1) 1.0(0.7)
8	土	豆乳 ヨーグルト	とん汁うどん	牛乳 かぼちゃビスケット 焼き芋クッキー チーズクラッカー			
10	月	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(キャベツ・油揚げ) 長芋と豚バラの炒め物 ブロッコリーのおかか和え	牛乳 コーンフレーク	569.9(472.7) 18.8(18.0) 18.5(14.9) 2.2(1.7)	ごはん(押麦・キヌア入り) 鮭のねぎみそ焼き チンゲン菜のナムル	302.8(218.6) 15.7(12.1) 5.0(3.7) 0.8(0.5)
12	水	豆乳 ヨーグルト	マーボー豆腐丼 スープ(春雨・コーン) イチゴヨーグルトゼリー	ドリンクヨーグルト ジャムサンドパン	697.2(1351.8) 22.8(38.1) 14.9(25.1) 2.6(5.5)	カレーうどん	286.3(200.4) 8.7(6.1) 10.6(7.4) 2.0(1.4)
13	木	豆乳 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 きつねおにぎり	663.1(538.0) 24.1(21.6) 17.7(14.4) 3.1(2.4)	ごはん(押麦・キヌア入り) 鶏肉の照焼 長芋とキャベツのサラダ	314.4(220.1) 14.8(10.3) 6.4(4.5) 0.8(0.6)
14	金	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(玉ねぎ・麩) コロケ ひじきのサラダ	牛乳 パウンドケーキ	609.9(503.4) 17.6(17.1) 18.8(15.1) 2.2(1.8)	ごはん(押麦・キヌア入り) 鮭のタンドリー風 小松菜とえのきの海苔酢和え	294.9(213.1) 16.8(12.9) 3.0(2.3) 1.0(0.7)

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
15	土	豆乳 ヨーグルト	カレーライス	牛乳 ソフトせんべい 水族館クッキー ラムネ			
17	月	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(大根・生揚げ) シュウマイ かぼちゃのサラダ	牛乳 芋けんぴ せんべい カルテツウエハース	565.4(439.2) 18.6(16.5) 18.5(13.4) 1.9(1.4)	焼肉丼 キャンディチーズ	340.1(231.3) 15.0(10.1) 8.6(5.5) 1.0(0.7)
18	火	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(ねぎ・わかめ) 大豆と鶏肉の甘辛煮 ブロッコリーのマヨネーズ和え	ドリンクヨーグルト アップルパイ	617.7(493.3) 22.0(19.8) 22.1(16.7) 2.3(1.8)	ごはん(押麦・キヌア入り) ひき肉とチーズの卵焼き 白菜のコールスローサラダ	371.1(259.8) 12.8(8.9) 13.4(9.3) 0.7(0.5)
19	水	豆乳 ヨーグルト	ロールパン 豆乳コーンシチュー ジャーマンポテト風	ドリンクヨーグルト チーズスティック	596.3(484.4) 26.3(23.2) 18.7(14.7) 2.4(1.8)	ごはん(押麦・キヌア入り) 豚肉のしょうが焼き きゅうりともやしの昆布和え	323.3(226.3) 11.5(8.1) 9.2(6.4) 0.6(0.5)
20	木	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(ねぎ・わかめ) おとうふあげのみぞれ煮 白菜とほうれん草のゴマ和え	牛乳 ミニクロワッサン	539.9(428.4) 16.2(15.9) 17.9(14.2) 1.8(1.5)	ごはん(押麦・キヌア入り) 中華風切干大根 さつま芋の甘煮	404.1(282.9) 8.8(6.2) 11.4(8.0) 0.6(0.4)
21	金	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(麩・里芋) 揚げ鮭のマヨソース 大根のゆかりあえ	牛乳 バナナクッキー いりこ(幼児のみ)	634.6(522.9) 24.7(22.8) 21.8(17.5) 2.1(1.6)	ごはん(押麦・キヌア入り) 厚揚げのそぼろ煮 キャベツとわかめの和え物	367.2(257.1) 12.8(9.0) 11.5(8.1) 1.0(0.7)
22	土	豆乳 ヨーグルト	とん汁うどん	牛乳 かぼちゃビスケット 焼き芋クッキー チーズクラッカー			
25	火	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(わかめ・まいたけ) 鮭の塩焼き 切干し大根の旨煮	牛乳 コーンフレーク	497.7(428.9) 24.1(22.8) 11.0(9.9) 2.3(1.8)	ごはん(押麦・キヌア入り) 炒り豆腐(鶏肉・枝豆) マカロニサラダ	387.2(271.0) 12.8(9.0) 11.1(7.8) 0.8(0.5)
26	水	豆乳 ヨーグルト	マーボー豆腐丼 スープ(春雨・コーン) イチゴヨーグルトゼリー	ドリンクヨーグルト ジャムサンドパン	697.2(1351.8) 22.8(38.1) 14.9(25.1) 2.6(5.5)	カレーうどん	286.3(200.4) 8.7(6.1) 10.6(7.4) 2.0(1.4)
27	木	豆乳 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 きつねおにぎり	663.1(538.0) 24.1(21.6) 17.7(14.4) 3.1(2.4)	ごはん(押麦・キヌア入り) 鶏肉の照焼 長芋とキャベツのサラダ	314.4(220.1) 14.8(10.3) 6.4(4.5) 0.8(0.6)
28	金	豆乳 ヨーグルト	ごはん(押麦・キヌア入り) みそ汁(玉ねぎ・麩) コロッケ ひじきのサラダ	牛乳 甘辛せんべい 英字ビスケット ココア動物ビスケット	593.4(487.1) 16.8(16.3) 18.5(14.4) 2.0(1.6)	ごはん(押麦・キヌア入り) 鮭のタンドリー風 小松菜とえのきの海苔酢和え	294.9(213.1) 16.8(12.9) 3.0(2.3) 1.0(0.7)
29	土	豆乳 ヨーグルト	豚肉の味噌丼	牛乳 ソフトせんべい 動物ビスケット ビスコ			

※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。

※18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。