



2月献立予定表



清原保育園 幼児 H31年

日	曜日	乳児のみ9:30おやつ	昼 食								3:00おやつ
			乳児栄養価				幼児栄養価				
			エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	
1	金	ビスケット	ごはん 魚のフライ コーンサラダ にんじんきんぴら きゃべつのみそしる GFルビー								ムース
			506	21.6	19.5	1.7	612	23.5	21.8	2.1	
2	土										
4	月	おせんべい	なめしごはん 鶏のネギみそ焼き ひじき煮 ごまあえ お心のすまし汁 パイン								プリン お菓子
			463	25.1	15.8	1.3	592	28.6	19.7	1.9	
5	火	ヨーグルト	ごはん 麻婆はるさめ シューマイ ナムル 中華スープ オレンジ								ジャムパン
			500	17.9	20.3	3	610	22.3	23	3.4	
6	水	コーンフレーク	ミートスパゲティ パン オムレツ 茹で野菜 コンソメスープ GF								おにぎり
			469	22.3	13.6	1.9	577	27.7	17.3	2.3	
7	木	ビスケット	ごはん スタミナ焼肉 茹でキャベツ 大根きんぴら 豆腐のみそ汁 パナナ								ゼリーポンチ
			501	20.5	15.6	3.1	587	21.6	16.3	3.9	
8	金	鈴カステラ	ごはん ハンバーグ 生野菜サラダ トマト コンソメスープ GFルビー								ヨーグルト お菓子
			457	17.8	10.9	1.5	550	23.9	12.5	1.8	
9	土		おまかせメニュー								
11	月		建国記念の日								
12	火	ムース	きつねうどん ちくわとさつまいもの天ぷら おひたし GF								おにぎり
			470	21.6	12.3	2.5	588	22.7	17.7	3.3	
13	水	ウエハース	ごはん かに玉 チャブチェ 餃子 中華スープ パイン								ゼリー お菓子
			465	17.3	15.9	2.4	558	20.9	15.9	3.3	
14	木	ビスケット	わかめごはん 魚のフライ いそあえ がんも煮 ほうれん草すまし汁 GFルビー								杏仁フルーツ
			477	15.4	18.2	2.1	580	18.3	20	2.7	
15	金	おせんべい	パン やきそば メンチカツ ゆでやさい 中華スープ パナナ								ヨーグルト お菓子
			466	15.3	10.1	2.5	556	16.7	11.4	3.3	
16	土		おまかせメニュー								
18	月	おせんべい	ごはん 魚の味噌煮 ゆかりあえ 筑前煮 わかめのすまし汁 パイン								おふらすく
			510	23.5	13.2	2.1	602	25.2	15.9	2.6	
19	火	ムース	ごはん 胡麻ささみフライ 厚焼き玉子 切り干し大根のごまあえ ほうれん草みそ汁 パナナ								星ポテト
			502	22.3	13.6	2.2	608	26.4	15.3	2.4	
20	水	ビスケット	ふりかけごはん はんぺんチーズフライ トマト コールスロー コンソメスープ GFルビー								カボチャプリン
			500	14.2	16.3	2.3	591	18.9	18.1	3	
21	木	菓子パン	カレーライス ゆで卵 グリーンサラダ コンソメスープ GF								ゼリーポンチ
			503	24.3	13.1	2.3	613	28.2	15.7	3	
22	金	ヨーグルト	ごはん 回鍋肉 春巻き 春雨サラダ 中華スープ オレンジ								ホットケーキ
			510	23.5	13.2	2.1	602	25.2	15.9	2.6	
23	土		おまかせメニュー								
25	月	ビスケット	ごはん 肉豆腐 ゆで卵 おひたし もやしの味噌汁 パイン								ゼリー おかし
			488	20.3	20	1.8	608	23.8	23	2	
26	火	ヨーグルト	ごはん ぶたのみそこうじ焼き にんじんきんぴら 茹でキャベツ こまつなのみそ汁 オレンジ								肉まん
			503	22.1	13.2	1.7	600	25.8	17.5	2.2	
27	水	おせんべい	ごはん 魚の塩焼き 肉じゃが おひたし はくさいみそ汁 GF								ジャムパン
			459	18.6	14.3	2.1	568	21.1	16.4	2.6	
28	木	ウエハース	ごはん からあげ 酢の物 五目煮豆 もやしのみそ汁 パナナ								ヨーグルト お菓子
			480	22.1	15.9	2.3	599	24	19.3	3.1	

※ 材料入手の都合により、一部変更することもありますのでご了承下さい。月、水、金PMおやつは牛乳です。