

# 平成25年2月分予定献立表



施設長	主任保育	担当者

日曜	献立名 (三歳以上児)		献立名 (三歳未満児)		以上児 未満児				備考 行事等
	副食	間食	間食(AM)	主食	1人分 (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1 金	おに★スパバーグ 牛乳・みかん	せんべい スポロン	F eウエハース 麦茶	おにぎり 牛乳	449	20.1	15.8	0.9	
2 土	ソフトビーナツサンド ごぼうサラダ・牛乳・バナナ	ミルクプリン せんべい	オレンジジュース 芭蕉揚	ビーナツサンド 牛乳	539	18.7	15.5	1.3	
3 日					641	17.3	23.9	0.4	
4 月					500	12.4	15.2	0.6	節分
4 月	のっぺい汁・ほうれん草とえのきのお浸し 鶏肉のさっぱり煮・牛乳・みかん	ヨーグルト 小魚アーモンド	せんべい 牛乳	のっぺい汁 にんじんご飯	346	20.2	11.6	2.4	
5 火	ししゃものから揚げ・青菜和え 金時豆・はっさく	チョコパン 牛乳	アスパラガス 飲むヨーグルト	ご飯 かぼちゃ汁	430	18.5	10.2	2.3	
6 水	焼肉・スパゲティサラダ レタス・オレンジ	ミルミル せんべい	ほうじ茶 バナナ	ご飯 野菜スープ	413	20.8	17.5	2.2	
7 木	おでん・たくあん きゅうり漬け・みかん	ビスコ 牛乳	リッツ スポロン	おにぎり ほうじ茶	569	19.6	16.7	2.4	
8 金	タンメン・ちくわの磯辺揚げ ブロッコリー・牛乳・いよかん	おにぎり ショアイチゴ	歌舞伎揚げ 牛乳	タンメン	406	18.6	14.8	0.7	
9 土	チョコチップメロンパン 牛乳・バナナ	ビスケット 気になる野菜	りんごゼリー	メロンパン 牛乳	478	16.0	13.3	1.5	
10 日					344	18.2	9.6	2.9	
11 月					455	15.9	11.8	2.0	
12 火	ハムカツ 温野菜・りんご	プリン せんべい	玉子ポーロ 牛乳	ご飯 コーンスープ	619	23.0	13.2	3.2	
13 水	鮭のごまマヨネーズ焼き 水菜サラダ・グレープフルーツ	マドレーヌ 牛乳	ごませんべい のむヨーグルト	ご飯 かぶ汁	580	19.7	13.0	2.3	
14 木	肉じゃが・スクランブルエッグ きゅうり漬け・バナナ	ヨーグルト おしゃぶり昆布	ほうじ茶 りんご	ご飯 わかめ汁	614	12.8	16.3	0.3	
15 金	エッグハヤシライス・ポテトサラダ ブロッコリー・フルーツポンチ・ほうじ茶	ケーキ 牛乳	ももゼリー	エッグハヤシライス ほうじ茶	614	12.8	16.3	0.3	
16 土	ドッグパン・じゃがバター 豆乳・はっさく	ヤクルト400 せんべい	ビスケット ぶどうジュース	ドッグパン 豆乳	736	18.8	28.0	1.8	誕生会
17 日					605	15.3	22.0	1.2	
18 月	チーズカレー・小女子・福神漬け 牛乳・りんご	ヨーグルト おしゃぶりすめ	みかん 麦茶	チーズカレーライス 牛乳	640	20.6	24.4	2.3	
19 火	さばのみそ煮 まめまめサラダ・みかん	ミルクリッチパン 牛乳	ヤクルト せんべい	ご飯 大根汁	496	13.3	14.8	1.2	
20 水	照り焼きチキン・ビーフソテー プロカリ・はっさく	クラッカー・チーズ ショア白ぶどう	白い風船 牛乳	ご飯 わかめスープ	415	23.4	14.0	3.4	
21 木	ひじきの寄せ煮・厚焼き卵 粉ふき芋・バナナ	大学芋 ほうじ茶	ヨーグルト	ご飯 青菜汁	456	23.0	11.5	2.5	
22 金	★食堂ごっこ★ (焼きそば・ウインナー・おにぎり・きゅうり漬け・からあげ・ほうじ茶・フルーツヨーグルト)				385	17.3	17.4	1.0	
23 土	クリームサンド ほうれん草ソテー・牛乳・みかん	バナナ	りんごジュース せんべい	クリームサンド 牛乳	508	19.6	14.8	1.3	
24 日					448	26.9	17.6	2.0	
25 月	シュリンプシチュー・牛乳 切干大根とさつま揚げの煮物・いよかん	ヨーグルト せんべい	動物ビスケット 牛乳	シュリンプシチュー カレーピラフ	570	27.1	19.0	1.8	
26 火	焼き魚・春巻サラダ レタス・バナナ	マヨネーズパン 牛乳	ハッピータン 麦茶	ご飯 さつまいも汁	380	11.2	10.5	1.6	
27 水	ミートボール キャベツ和え・みかん	ヤクルト400 せんべい	プリン	ご飯 なめこ汁	486	15.4	8.5	2.2	
28 木	五目納豆・さつまいもの甘煮 たくあん・オレンジ	ビスケット 牛乳	カルピス せんべい	ご飯 チンゲン菜スープ	519	13.9	14.9	1.7	食堂 ごっこ
					528	17.9	20.4	1.0	
					430	11.5	12.1	0.9	
					424	20.6	10.6	1.2	
					573	21.7	14.5	1.6	
					487	24.2	21.9	2.6	
					597	21.9	20.4	2.6	
					359	18.3	12.2	0.8	
					462	17.7	11.4	1.2	
					368	12.5	12.9	2.9	
					464	13.4	13.3	3.1	