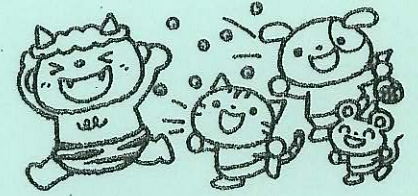


こんげつの よてい こんだてひょう



平成26年 2月分

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(土)	ピーナツサンド 野菜たっぷりコンソメスープ 牛乳 バナナ	せんべい ヤクルト400	なかよしプリン	ピーナツサンド 野菜スープ		553	16.3	9.4	3.3
2(日)									
3(月)	むらくも汁 鶏ささみのスパイス揚げ 伊予柑	ドリンクヨーグルト 干し芋	動物ビスケット 牛乳	ご飯 きゃべつ和え	節分 豆まき	312	22.5	8.7	1.9
4(火)	鮭のちゃんちゃん焼き 青菜和え みかん ほうじ茶	ココア蒸しパン 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 豆腐汁		353	18.3	10.5	1.4
5(水)	五目納豆 さつまいもの甘煮 りんご ほうじ茶	おやつパン(クリーム) 牛乳	アスパラガス スポロン	ご飯 大根汁		348	15.1	13.2	1.2
6(木)	★キャラおにぎり 鶏肉の唐揚げ カラフル サラダ 野菜生活 みかん たい焼き★	ポップコーン 菓子 ジョア(プレーン)	牛乳	★お店やさん ごっこ★		725	21.3	21.2	2.0
7(金)	おかず焼きそば ボイルウインナー 牛乳 バナナ	りんごゼリー せんべい	クラッカー ヤクルト	ご飯 牛乳		407	13.4	16.9	1.0
8(土)	ソフトフランスパン(あん・バター) マカロニ グラタン 牛乳 伊予柑		バナナ	ソフトフランスパン 牛乳		486	16.8	17.2	1.6
9(日)									
10(月)	ビーンズカレー 小女子甘煮 牛乳 りんご	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		320	14.7	11.0	2.1
11(火)	建国記念の日								
12(水)	ミートボール 温野菜 八朔 ほうじ茶	せんべい ミルミル	麩菓子 牛乳	ご飯 白菜汁		337	14.1	9.7	1.6
13(木)	肉じゃが煮 厚焼き卵 バナナ ほうじ茶	フルーツサンド 牛乳	ももゼリー	ご飯 かぶ汁		421	15.6	18.2	1.1
14(金)	お誕生日会★ 鬼さんハンバーグランチ 冬 野菜スープ いちご ヤクルト★	アイスクリーム	Caウエハース 牛乳	★鬼さんハン バーグランチ★	お誕生日会	543	19.2	15.5	1.8
15(土)	ポテトサンド 豆乳 プルーン 伊予柑	バナナ	玉子ボーロ 牛乳	ポテトサンド 豆乳		657	16.4	21.6	1.4
16(日)									
17(月)	コーンチャウダー 竹輪と厚揚げの煮物 みかん	ドリンクヨーグルト 干し芋	せんべい 牛乳	ご飯 豚そぼろ		338	15.5	10.7	1.1
18(火)	さば焼き ひじきサラダ 八朔 ほうじ茶	ビスコ 牛乳	バナナ	ご飯 大根汁		304	14.9	15.2	1.5
19(水)	鶏肉のバーベキューソース ナムル バナナ ほうじ茶	おやつパン(マドレーヌ) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 栄養麩汁		393	16.8	18.5	1.3
20(木)	煮込みおでん 漬け物 りんご ほうじ茶	クラッカー チーズ スポロン	麩菓子 牛乳	ご飯 白菜汁		359	16.2	9.2	3.6
21(金)	鶏南蛮 笹かま磯辺揚げ 牛乳 伊予柑	かおりおにぎり ジョア(オレンジ)	ミルクプリン	鶏南蛮 牛乳		474	19.3	10.5	2.9
22(土)	甘バターサンド 春雨とレタスソテー 牛乳 みかん	ももゼリー せんべい	クラッカー スポロン	甘バターサンド 牛乳		543	16.1	17.1	1.5
23(日)									
24(月)	豚汁 揚げ出し豆腐 りんご	手作りヨーグルト 食べる小魚	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 青菜和え		315	19.9	12.8	2.3
25(火)	カレイの煮付け 豆まめサラダ 八朔 ほうじ茶	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 かぶ汁		352	19.0	15.5	1.5
26(水)	ハムカツ きゃべつ和え オレンジ ほうじ茶	ポテトのチーズ焼き 牛乳	Feウエハース スポロン	ご飯 白菜汁		302	14.6	13.2	2.1
27(木)	里芋の煮物 スクランブルエッグ バナナ ほうじ茶	ビスケット 野菜生活	せんべい 牛乳	ご飯 なめこ汁		306	14.0	12.4	1.9
28(金)	ミートソーススパゲティレバーのケチャップ 煮 牛乳 みかん	せんべい ヤクルト400	りんごゼリー	ご飯 牛乳		406	15.4	9.4	1.4

*** ** * * * *

今月の食育目標

食事のマナーを守ろう

*** ** * * * *

寒さに負けない! しっかり手洗い忘れずに

水が冷たい時季になってきました。寒くなると石けんを使わなかったり、指先だけしか洗わなかったりするなど、手洗いを簡単にすませる子が増えます。手洗いは、これから流行するかせなどの感染症を防ぐ有効な手段です。毎日、食事の前などに家族みんなですっかり手を洗いましょう。

*材料の都合により献立を変更する場合があります。