



平成28年2月 献立表



日 曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー kcal	タンパク g	脂 質 g	食塩相当量 g	備考
	昼食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1 月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ 煮 牛乳 バナナ	ヨーグルト 昆布	ぶどうジュース せんべい	ご飯	366	13.6	14.2	2.3	
2 火	チーズハンバーグ 温野菜 なめこ汁 オレンジ	牛乳 せんべい	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	343	15.6	13.6	1.7	
3 水	さばの味噌煮 豆まめサラダ わかめ汁 りんご	野菜生活 恵方巻	バナナ	ご飯	390	21	10.8	1.5	節分
4 木	里芋の煮物 厚焼き卵 豆腐汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	ゼリー	ご飯	368	16.7	17.1	1.6	
5 金	鬼カレーライス 春雨サラダ 牛乳 いちご	ケーキ 麦茶 アイス		ご飯	559	15.4	26.8	2	誕生会
6 土	ソフトフランスピーナッツ きのこ ソテー 牛乳 はっさく	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	ソフトフランス ピーナッツ	559	17.7	20	1.8	
7 日									
8 月	鶏肉のさっぱり煮 青菜和え 中華風コーンスープ オレンジ	ヨーグルト するめ	果実ジュース せんべい	ご飯	300	17.2	13.9	1	
9 火	焼肉 ナムル すまし汁 りんご	スポロン せんべい	麦茶 ビスコ	ご飯	301	12.6	10.8	2	
10 水	白身魚のタルタルソース 青菜 和え 大根汁 みかん	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	362	18.2	16.1	1.2	
11 木									
12 金	ミートソーススパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 バナナ	気になる野菜 チョコレートケーキ	ヨーグルト	ミートソーススパゲッティ	645	21.3	20	1.1	
13 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 牛乳	バナナ		ソフトフランス(ジャム&マーガリン)	260	8.6	8.7	0.9	
14 日									
15 月	ビーンズカレー 小女子甘煮 牛乳 りんご	ヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	326	12.9	12.8	1.4	
16 火	鶏肉のパペキューソース シーザーサラダ 白菜汁 オレンジ	牛乳 ビスケット	麦茶 せんべい	ご飯	318	14.8	16.5	1.5	
17 水	鮭のちゃんちゃ焼き 三色和え すまし汁 みかん	牛乳 フルーツサンド	バナナ	ご飯	399	20.1	17.1	3.1	
18 木	じゃが芋のひき肉煮 花型卵 えのき汁 オレンジ	ジョア チーズクラッカー	スポロン せんべい	ご飯	468	22.8	16.6	2.1	
19 金	十日市ごっこメニュー	牛乳 せんべい			509	19.8	22.9	1.2	十日市ごっこ
20 土	甘バターサンド ポルシチ 牛乳 バナナ	プリン せんべい	麦茶 ビスコ	甘バターサンド	616	21.4	21	2.8	
21 日									
22 月	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ 煮 牛乳 みかん	ヨーグルト 昆布	スポロン ビスケット	ご飯	333	13.7	11.6	1.2	
23 火	ヒレカツ キャベツ和え わかめ汁 いよかん	ヤクルト せんべい	麦茶 玉子ポーロ	ご飯	300	16.6	7	1.6	
24 水	さわらの照り焼き 和風ポテトサラダ なめこ汁 バナナ	牛乳 ワッフル	果実ジュース せんべい	ご飯	407	18.8	17.2	1.5	
25 木	五目昆布 かぼちゃキッシュ 豆麩汁 オレンジ	牛乳 お好み焼き	牛乳プリン	ご飯	355	14.3	14.5	2.4	
26 金	焼きうどん ウインナー 牛乳 りんご	野菜生活 ビスコ	ヨーク せんべい	焼きうどん	375	12.5	18.5	1.3	
27 土	チョコサンド 厚揚げの中華煮 牛乳 はっさく	バナナ	麦茶 ビスケット	チョコサンド	637	22.1	22.8	1.5	
28 日									
29 月	ビーンズカレー 小女子甘煮 牛乳 りんご	ヨーグルト するめ	ぶどうジュース せんべい	ご飯	311	14.5	11.2	1.3	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。