



2月の献立



H26. 2. 1
たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児添加食	おやつ	延長補食	栄養成分(1人1食分)		備考
						乳児	幼児	
1 15	土	野菜とウインナーのピラフ かぼちゃの甘煮、野菜スープ、果物	大根の 甘煮	牛乳 あんぱん	—	509, 16.0 16.2, 1.7	604, 18.8 19.4, 2.1	15日 ひまわり会
17	月	ごま塩ごはん、揚げ高野の甘辛あんかけ、果物 えび入り春雨サラダ、かぼちゃの味噌汁	煮魚 (銀だら)	牛乳 マカロニのきなこ和え	ふりかけにぎり	558, 20.8 19.0, 1.8	575, 19.8 16.7, 2.2	
4 18	火	カレーうどん 小松菜の中華風和え物、果物	かき揚げ	牛乳 ごまおこぎり	おかゆにぎり	562, 17.1 18.8, 2.7	604, 18.6 18.2, 3.0	
5 19	水	ごはん、かじきのバーベキューソース ひじきの煮物、人参と玉ねぎの味噌汁、果物	マッシュ ポテト	牛乳 味噌おでん	豚そぼろにぎり	477, 19.8 10.9, 2.1	530, 22.1 12.5, 2.4	
6 20	木	ごはん、回鍋肉 豆腐とえのきのすまし汁、果物	煮魚 (かじき)	牛乳 生クリームサンド	鮭にぎり	488, 19.3 16.4, 1.8	529, 18.6 16.5, 2.0	
21	金	まぐろのそぼろ丼、煮豆 かぶの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 いなり寿司	ぶどうパン	626, 24.2 16.4, 2.3	666, 25.8 16.0, 2.5	
8 22	土	煮込みうどん かじきのいそげ揚げ、果物	スティック チーズ	牛乳 おかゆおこぎり	—	525, 21.5 16.0, 2.3	562, 21.2 14.4, 2.6	
10 24	月	雑穀ごはん、照り焼きチキン、果物 小松菜の煮びたし、大根と人参の味噌汁	かぼちゃの バター煮	牛乳 白玉子のゴマ味噌かけ	ふりかけにぎり	510, 21.6 14.7, 1.5	554, 24.7 15.6, 1.7	
25	火	バターロールパン、鮭のケチャップソース焼き 付け合せ、ポテトスープ、果物	りんごの コンポート	牛乳 切干大根おこぎり	梅干しにぎり	518, 21.7 18.6, 1.8	581, 25.3 20.2, 2.2	
12 26	水	豚肉と野菜のあんかけ丼、もやしのナムル さつまいもと人参の味噌汁、果物	はずの 天ぷら	牛乳 人参の蒸しパン	ごま塩にぎり	623, 18.1 19.1, 2.0	663, 20.1 18.1, 2.4	
13 27	木	ごはん、白身魚のフライコーンソースかけ キャベツとツナの甘酢和え、大根の味噌汁、果物	ウインナー ソテー	牛乳 ポテト田楽	ゆかりにぎり	561, 20.8 20.2, 2.0	617, 22.8 20.2, 2.1	
7	金	サンドイッチセット クリームシチュー、果物	マカロニの ケチャップ煮	りんごジュース いなり寿司	ぶどうパン	588, 16.1 15.6, 1.9	663, 17.2 16.6, 1.6	リハール
14	金	おこぎりセット 豚汁、果物	煮豆	牛乳 無添加菓子	ツナサンド	545, 17.9 12.5, 1.1	592, 20.1 13.4, 1.3	ひまわり会 1目
28	金	ちらし寿司、菜の花のごま和え 鮭の味噌焼き、潮汁、果物	煮豆	牛乳 無添加菓子	ツナサンド	527, 21.4 16.3, 2.3	558, 23.8 17.0, 2.6	ひまわり 会食
3	月	やこめごはん、いわしのしょうが煮 酢の物、かぼちゃの味噌汁、果物	人参の 甘煮	牛乳 マカロニのきなこ和え	ふりかけにぎり	501, 23.6 9.6, 2.3	548, 25.9 10.3, 2.5	幼稚園会 豆まき

*延長補食には上記のほか、麦茶・果物が付きます。

*今月の果物は、みかん、りんご、いちごなどのローテーションでだします。



揚げ高野の甘辛あんかけ、かじきのバーベキューソース、キャベツとツナの甘酢和えは新メニューとなります。お楽しみに♪