



2月 献立表



平成29年


浄光寺幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食		体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
2 木	【節分】恵方巻き 豚汁 いよかん 麦茶		でんぶ 鶏卵 味噌 豚肉	米 三温糖 油 さつま芋	きゅうり 干しいたけ 焼きのり 昆布 大根 ごぼう 人参 長ねぎ いよかん	水 食塩 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
6 月	ご飯 味噌汁 鶏肉のコンソメスープ 三色のり和え 麦茶		味噌 鶏肉 牛乳	米 バター 薄力粉 三温糖	昆布 干しいたけ キャベツ しめじ 長ねぎ 玉ねぎ コーン 白菜 小松菜 人参 焼きのり	水 食塩 コンソメ だし醤油 麦茶
9 木	ご飯 味噌汁 野菜ナゲット こんにゃくとごぼうの金平 麦茶		味噌 高野豆腐 鶏肉 木綿豆腐	米 パン粉 薄力粉 油 ごま	昆布 干しいたけ 白菜 切干大根 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう しらたき 小松菜	水 食塩 だし醤油 麦茶
13 月	玄米入りご飯 すまし汁 さばのねぎ味噌焼き 納豆和え グレープフルーツ 麦茶		さば 味噌 納豆	米 玄米 三温糖	昆布 干しいたけ 大根 えのき茸 わかめ 長ねぎ 白菜 人参 小松菜 焼きのり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 食塩 みりん風調味料 料理酒 麦茶
16 木	【雨水】野沢菜ご飯 味噌汁 ししゃものフライ 白菜のなめたけ和え いよかん 麦茶		ししゃも	米 ごま油 三温糖 ごま 小切麩 薄力粉 パン粉 油	野沢菜漬 昆布 干しいたけ かぶ 人参 白菜 なめ茸 きゅうり いよかん	水 こいくちしょうゆ 食塩 麦茶
20 月	ミートソーススパゲティ コンソメスープ ひじきサラダ オレンジ 麦茶		豚肉 ハム	スパゲティ 油 三温糖	玉ねぎ 大根 ほうれん草 コーン ひじき キャベツ きゅうり オレンジ	トマトケチャップ コンソメ 料理酒 食塩 水 人参ドレッシング 麦茶
23 木	ロールパン 野菜とマカロニの具だくさんスープ ハンバーグ コーンフレークサラダ 麦茶		鶏肉 豚肉 木綿豆腐 牛乳	ロールパン マカロニ さつま芋 パン粉 片栗粉 油 三温糖 コーンフレーク	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン	コンソメ 食塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 麦茶
27 月	雑穀ご飯 きのこと鶏ひき肉のカレー 根菜サラダ フルーツポンチ 麦茶		鶏肉	米 きび あわ 黒米 じゃが芋 油 三温糖 ごま ごま油	玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ 大根 ごぼう きゅうり りんご 黄桃缶 パイン缶	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	目標量	429	15	12.4	100	1.3
	平均量	443	15.7	12.5	105	1.3

発行:株式会社ミールケア

<p>《2月2日 メニューイメージ》 2月3日の節分にちなんで、恵方巻きにしました。 今年の方角は北北西です。</p> 	<p>《2月9日 メニューイメージ》 お野菜の入ったナゲットです どんな野菜が入っているか、確認してみてくださいね</p> 
<p>《2月16日 メニューイメージ》 暦の上ではそろそろ農耕の準備をするころ とされています。 少し変わった、野沢菜ご飯を味わってみてください。</p> 	<p>《2月23日 メニューイメージ》 みんなの大好きなハンバーグです。 お野菜もしっかり食べましょうね。</p> 