



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	麦茶	2	りんごジュース	3	牛乳	4	麦茶	5	スキムミルク	6	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(かぼちゃ・ほうれん草)、豚肉のすき焼き風煮物、もやしとツナの和え物		節分・鬼ライス(ナポリタン、チャーハン)、切干大根のコンソメスープ、お豆とさつま芋のサラダ、ジョア		麦ごはん、具沢山汁、赤魚の煮付け、サラスパサラダ		御飯、みそ汁(白菜・小ねぎ)、回鍋肉、にんじんサラダ		チキンカレー、干草和え、フルーツヨーグルト		焼きそば、みそ汁(もやし・麩)、ヨーグルト	
午後	きな粉トースト、牛乳		恵方巻風ロールケーキ、牛乳		にゅうめん、麦茶		原宿ドック、ホットココア		かき玉うどん、麦茶		ビスコ、せんべい、野菜ジュース	
午前	8	麦茶	9	スキムミルク	10	麦茶	11		12	オレンジジュース	13	飲むヨーグルト
昼食	菜飯、みそ汁(小松菜・キャベツ)、ほっけの塩焼き、そぼろ肉じゃが、グレイプフルーツ		ご飯、みそ汁(きのこ・豆腐)、ポークケチャップ、切干大根のサラダ		ハヤシライス、カラフルサラダ、バナナ				御飯、みそ汁(白菜・しめじ)、バレンタインオムレツ、ブロッコリーとささ身の和え物、うさぎりんご		マーボー豆腐丼、中華スープ、ゼリー	
午後	黒ゴマ豆腐ドーナツ、牛乳		マシュマロおこし、食べる小魚(以上児)、麦茶		パンプティング、牛乳				バレンタインブラウニー、牛乳		焼きドーナツ、牛乳	
午前	15	牛乳	16	麦茶	17	麦茶	18	スキムミルク	19	麦茶	20	野菜ジュース
昼食	ごはん、みそ汁(にら・もやし)、鶏肉のアングレーズソース、(添)ふかし芋、切干し大根の旨煮		中華丼、わかめスープ、はるさめサラダ、キウイフルーツ		御飯(玄米)、ふりかけ、みそ汁(キャベツ・ねぎ)、豚肉の生姜炒め、もやしときゅうりのマヨポン		焼きうどん、卵スープ、焼きぎょうざ		御飯、豚汁、鮭のパン粉焼き、韓国風和え物		ハヤシライス、オレンジ	
午後	塩焼きそば、麦茶		チーズ豆乳蒸しパン、牛乳		コメボン、ビスケット、牛乳		ブドウゼリー(ホイップ添え)、ウエハース		ソファールヨーグルト、せんべい		甘食パン、牛乳	
午前	22	麦茶	23		24	麦茶	25	牛乳	26	スキムミルク	27	麦茶
昼食	わかめ御飯、みそ汁(さつま芋・玉ねぎ)、鶏肉の竜田揚げ、キャベツとツナのサラダ				御飯、豆乳で作った南瓜スープ、ハンバーグ、セサミサラダ、オレンジ		御飯、すまし汁(玉ねぎ・しめじ)、あじの西京焼き、ひじきの炒め煮		醤油ラーメン、かぼちゃのそぼろあんかけ、りんごゼリー		カレーライス、みかんヨーグルト	
午後	ピザトースト、牛乳				お麩ラスク、ワッフル(以上児)、牛乳		バナナ、ビスコ、ヤクルト		しらす菜飯おにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶		チーズ、せんべい、ヤクルト	

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

★星組

くん(2日) 炒飯・カレー・エビフライ

★月組

ちゃん(10日) バナナ・炒飯・ケーキ

★太陽組

ちゃん(2日) ナポリタン・ポタージュ・ブドウゼリー

くん(17日) ふりかけ・あんこ・カニカマ

ちゃん(18日) ブドウゼリー・カレー

ちゃん(24日) ハンバーグ

ちゃん(27日) 醤油ラーメン・フルーツヨーグルト

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	437	17.4	12.8	183	1.5
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	547	20.3	16	196	1.9
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

百合が丘 ひまわり保育園(虹組)

2021年02月分の献立

	月曜日		火曜日 		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	麦茶	2	りんごジュース	3	牛乳	4	麦茶	5	スキムミルク	6	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(かぼちゃ・ほうれん草)、豚肉のすき焼き風煮物、もやしとツナの和え物		節分・鬼ライス(ナポリタン、チャーハン)、切干大根のコンソメスープ、お豆とさつま芋のサラダ、プチゲルト		麦ごはん、具沢山汁、赤魚の煮付け、サラスパサラダ		御飯、みそ汁(白菜・小ねぎ)、回鍋肉、にんじんサラダ		チキンカレー、干草和え、フルーツヨーグルト		お弁当持参	
午後	きな粉トースト、牛乳		恵方巻風ロールケーキ、牛乳		にゅうめん、麦茶		原宿ドック、ホットココア		かき玉うどん、麦茶 		ビスケット、せんべい、野菜ジュース	
午前	8	麦茶	9	スキムミルク	10	麦茶	11		12	オレンジジュース	13	りんごジュース
昼食	菜飯、みそ汁(小松菜・キャベツ)、鮭の塩焼き、そぼろ肉じゃが、グレープフルーツ		ご飯、みそ汁(きのこ・豆腐)、ポークケチャップ、切干大根のサラダ		ハヤシライス、カラフルサラダ、バナナ				御飯、みそ汁(白菜・しめじ)、バレンタインオムレツ、フロコリーとささ身の和え物、うさぎりんご		お弁当持参	
午後	黒ゴマ豆腐ドーナツ、牛乳		マシュマロおこし、せんべい、麦茶		パンプティング、牛乳				バレンタインブラウニー、牛乳		小魚スナック、ビスケット、牛乳	
午前	15	牛乳	16	麦茶	17	麦茶	18	スキムミルク	19	麦茶	20	野菜ジュース
昼食	ごはん、みそ汁(にら・もやし)、鶏肉のアングレッズソース、(添)ふかし芋、切干し大根の旨煮		中華丼、わかめスープ、はるさめサラダ、キウイフルーツ		御飯(玄米)、ふりかけ、みそ汁(キャベツ・ねぎ)、豚肉の生姜炒め、もやしときゅうりのマヨポンサラダ		焼きうどん、卵スープ、焼きぎょうざ		御飯、豚汁、鮭のパン粉焼き、韓国風和え物		お弁当持参	
午後	塩焼きうどん、麦茶		チーズ豆乳蒸しパン、牛乳		コメポン、ビスケット、牛乳		ゼリー、ウエハース		ヨーグルト、せんべい		甘食パン、牛乳	
午前	22	麦茶	23		24	麦茶	25	牛乳	26	スキムミルク	27	麦茶
昼食	わかめ御飯、みそ汁(さつま芋・玉ねぎ)、鶏肉の竜田揚げ、キャベツとツナのサラダ				御飯、豆乳で作った南瓜スープ、ハンバーグ、セサミサラダ、オレンジ		御飯、すまし汁(玉ねぎ・しめじ)、タラの西京焼き、ひじきの炒め煮		にゅうめん、かぼちゃのそぼろあんかけ、りんごゼリー		お弁当持参	
午後	ピザトースト、牛乳				お麩ラスク、牛乳		バナナ、ビスケット、 Yakult		しらす菜飯おにぎり、麦茶		チーズ、せんべい、野菜ジュース	

注意：☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

★固さや大きさは、月齢に応じて対応しています。