

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; text-align: center;">                     3日は「節分メニュー」です🍡                      14日は「バレンタインメニュー」です♡                      どちらも楽しみに！                 </div>				1	麦茶	2	スキムミルク★	3	牛乳	4	麦茶
昼食					御飯、みそ汁(小松菜・豆腐)、 鮭のフライ、切干し大根の中華和 え、オレンジ	野菜たっぷり塩ラーメン、焼き ぎょうざ、バナナ	鬼のドライカレー、きのこのスー プ、お豆とさつま芋のサラダ、 ヨーグルト	焼きそば、わかめスープ、デザー ト				
午後					きな粉お麩ラスク、おやつ昆布 (以上児)、牛乳	チーズおかかおにぎり、麦茶	甘納豆蒸しパン、牛乳	せんべい、クッキー、ヤクルト				
午前	6	麦茶	7	牛乳	8	麦茶	9	スキムミルク	10	牛乳★	11	
昼食	御飯(押麦)、みそ汁(わか め・えのき)、ポークチャー プ、ポテトサラダ、りんご	御飯、みそ汁(大根・豆腐)、 春巻き、韓国風和え物、キウイ フルーツ	御飯、みそ汁(高野豆腐・たまね ぎ)、鶏肉の治部煮、わかめサラ ダ	御飯(玄米)、みそ汁(もや し・生揚げ)、タラの味噌しょ うゆ焼き、ひじきの炒め煮、納 豆	ナポリタン、野菜スープ、ぶどう ゼリー							
午後	ココアトースト、牛乳	ミルクちゃんぼん風うどん、麦 茶	コーンフレーククッキー、牛乳	みかん、ビスコ、牛乳	プッチンプリン、せんべい							
午前	13	牛乳★	14	麦茶	15	スキムミルク	16	麦茶	17	スキムミルク	18	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(舞茸・切り干し 大根)、ハンバーグ、春雨サラ ダ、オレンジ	パン、ポトフ風スープ、ハート コロック、イタリアンサラダ、 うさぎりんご	わかめごはん、すまし汁(えの き・しめじ)、鮭の西京焼き、ほ うれん草のナムル	御飯、みそ汁(かぶ・麩)、豚 肉のすき焼き風煮物、マセドア ンサラダ、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(もやし・ねぎ)、 タンドリーチキン、大豆入りひじ きの煮物							
午後	ソフールヨーグルト、するめ (以上児)	ココアとバナナのケーキ、牛乳	ドライカレーピラフ、麦茶	スティックおさつ、牛乳	焼きそば、麦茶			ぶどうゼリー、ビスコ				
午前	20	牛乳★	21	麦茶	22	スキムミルク	23		24	牛乳	25	麦茶
昼食	きのこ御飯、みそ汁(さつま 芋・生揚げ)、カレイのカレー 風味揚げ、わかめとツナの和え 物	豚丼、白菜スープ、もやしの中 華風和え物、バナナ	五目うどん、かぼちゃサラダ、り んごゼリー			チキンカレー、コールスロー、 ショア						
午後	型抜きチーズ、ビスケット、 牛乳	納豆トースト、牛乳	ツナ昆布おにぎり、食べる小魚 (以上児)、麦茶			コーンドリア、麦茶			せんべい、型抜きチーズ、野菜 ジュース			
午前	27	麦茶★	28	牛乳								
昼食	御飯(玄米)、みそ汁(じゃが 芋・油揚げ)、鶏のから揚げ、 (添)フロッコリー、納豆あえ	御飯、わかめスープ、回鍋肉、 白菜のおかかチーズ和え、オレ ンジ										
午後	人参蒸しパン、牛乳	2色ゼリー										

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

- ☆星組  
さん(22日) きのこ御飯、桃のデザート、ラーメン
- ♪月組  
さん(13日) ハンバーグ、ポテトサラダ、プリン

- ※太陽組  
弥さん(2日) チョコレートケーキ、フライドポテト、ラーメン
- さん(2日) 焼き鳥、焼き芋、餃子、ポッキー
- さん(10日) 唐揚げ、フロッコリー、プリン
- さん(27日) 唐揚げ、白米、チョコバナナ

今月の平均給与栄養量

		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	445	17.5	13.2	234	1.4
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	550	20.7	15.8	239	1.7
	目標値	560	22	18	260	1.6

※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。