



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
午前	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♡ どちらもお楽しみに！					1 麦茶					
昼食											ハヤシライス、オレンジ、ヤクルト
午後											
午前	3 牛乳	4 スキムミルク	5 麦茶	6 スキムミルク	7 牛乳	8 麦茶					
昼食	赤鬼ライス、(ケチャップライス、焼きそば)、節分汁、いちご	御飯、すまし汁(えのき・しめじ)、さわらの西京焼き、ほうれん草のナムル	御飯、みそ汁(小松菜・豆腐)、とんかつ、切干大根のごま和え、オレンジ	野菜たっぷりみそラーメン、焼きぎょうざ、ヨーグルト	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、りんご	ブルコギ丼、中華スープ、バナナ					
午後	金棒風カレーチーズスティックパン、牛乳	きな粉お麩ラスク、おやつ昆布(以上児)、牛乳	ピザトースト、牛乳	チーズおかかおにぎり、麦茶	フルーチェ	せんべい、プリン					
午前	10 スキムミルク	11	12 牛乳	13 麦茶	14 スキムミルク	15 麦茶					
昼食	御飯(玄米)、みそ汁(かぶ・麩)、豚肉のすき焼き風煮物、マセドアンサラダ			豚丼、コールスロー、ジョア	御飯、みそ汁(わかめ・豆腐)、春巻き、韓国風和え物、オレンジ	ハートハンバーグカレー、トマトスープ、型抜きチーズ	パン、ポトフ、ミートボール、ジョア				
午後	シュガートースト、牛乳			プリン、ぱりんこ	コーンドリア、麦茶	バレンタインカップケーキ、牛乳	クッキー、牛乳				
午前	17 牛乳	18 スキムミルク	19 麦茶	20 牛乳	21 スキムミルク	22 麦茶					
昼食	コーン御飯、みそ汁(白菜・えのき)、鶏肉と野菜のトマト煮、イタリアンサラダ	五目うどん(豚)、かぼちゃサラダ、バナナ	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、塩から揚げ、肉じゃが	チャーハン、白菜スープ、カラフルサラダ	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、納豆	焼きそば、わかめスープ、豆乳ブラマンジェ					
午後	ミニたいやき、牛乳	ツナ昆布おにぎり、麦茶	ビスケット、りんご、牛乳	フライドポテト、牛乳	コーンフレーククッキー、牛乳	豆腐パン、牛乳					
午前	24	25 牛乳	26 麦茶	27 スキムミルク	28 牛乳						
昼食											
午後											
		御飯(玄米)、みそ汁(もやし・なめこ)、さばの味醂しょうゆ焼き、ひじきの炒め煮、オレンジ	ナポリタン、野菜スープ、アセロラゼリー	ハヤシライス、もやしの中華風和え物、ヤクルト	御飯、みそ汁(さつまいも・生揚げ)、カレイのカレー風味揚げ、キャベツとかまぼこの煮浸し、りんご						
		ビスコ、型抜きチーズ、牛乳	梅おかかおにぎり、麦茶	米粉スイーツ、牛乳	焼きそば、麦茶						

今月のお誕生日リクエストメニュー

☆星組

さん(10日) いちご、ポテト、ぶどう
 さん(14日) ぶどうパン、バナナ、ハンバーグ

〇月組

さん(2日) うどん、いちご、ラーメン
 さん(10日) ポテト、からあげ、ラーメン
 さん(25日) からあげ、ハンバーグ、マーボー豆腐

※太陽組

さん(2日) オムライス、ケーキ、カレー
 さん(13日) ナポリタン、バナナ、あさり
 さん(13日) アセロラゼリー、カレーライス、しゃけ
 さん(22日) ラーメン、なめこのみそ汁、りんご

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	444	17.2	15.5	267	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	539	19.8	18.5	258	1.5
	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。

