



2月の献立



2021. 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	栄養量エネルギー 蛋白質	
						乳児	幼児
1 15	月	さんまの蒲焼丼 大根と人参の味噌汁 もやしのごま酢和え 果物	りんごの 甘煮	牛乳 マカロニケチャップ煮	塩こんぶ にぎり	581 191 216 19	669 223 247 23
2 16	火	ぶどうパン マッシュポテトの重ね焼き 野菜スープ 果物	茹で ブロッコリー	牛乳 じゃこおかかにぎり	鮭こぎり	518 180 138 19	581 188 155 22
3 17	水	ジャージャー麺 エビ入り春雨サラダ 野菜入りわかめスープ 果物	ジャーマン ポテト	牛乳 ツナチャーハン	ふりかけ にぎり	544 191 179 19	599 214 178 23
4 18	木	ごはん 白身魚フライコーンソースかけ 茹でブロッコリー 麩とえのきのすまし汁	煮豆	牛乳 ラスク	ごま おにぎり	544 198 174 18	591 222 195 20
5 19	金	ごま塩ごはん 肉じゃが 豆腐となめこの味噌汁 果物	かじきの 磯辺揚げ	牛乳 無添加菓子	おかか にぎり	546 198 185 16	553 190 165 20
6 20	土	野菜とウインナーのピラフ 果物 さつま芋の甘煮 キャベツと玉ねぎのスープ	大根の 甘煮	オレンジジュース ジャムサンド	——	481 109 150 17	578 134 183 21
8 22	月	あんかけ焼きそば もやしのナムル きのこスープ 果物	煮魚	牛乳 塩こんぶにぎり	ふりかけ にぎり	573 209 172 19	640 198 203 23
9	火	ごはん 鮭の照り焼 大根の味噌汁 小松菜と油揚げの煮浸し 果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 ナポリタン	ごま塩 にぎり	491 211 141 17	539 248 161 20
10 24	水	ごはん エビフライ おかか和え 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	マッシュ ポテト	麦茶 キーマカレー	茶めし にぎり	550 210 127 14	615 225 135 17
25	木	まぐろのそぼろ丼 煮豆 かぶの味噌汁 果物	ほうれん草と しらすのケー	牛乳 焼きそば	豚そぼろ にぎり	564 234 165 18	626 258 168 21
12 26	金	ロールパン 鶏肉のトマト煮 ジュリアンスープ 果物	じゃが芋の バター煮	牛乳 いなりずし	塩むすび	544 204 204 20	575 225 221 23
13 27	土	キャベツとツナのスパゲティー 果物 いんげんとコーンのソテー 玉ねぎとベーコンのスープ	スティック チーズ	麦茶 おかかにぎり	——	398 137 87 27	455 134 69 29

*都合により、メニュー・材料が変更になる場合があります

*延長補食には上記のほか麦茶が付きます

*今月のフルーツは、いよかん、りんご、いちごのローテーションとなります

*ひよこ組 毎週金曜日のおやつは雑炊となります

