


2月 献立表

平成31年 栗石保育園

日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal 食塩相当量g		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal 食塩相当量g		
				以上児	未満児					以上児	未満児	
1	金	ビーフカレー 大根と水菜のサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	スイスロール 牛乳	435 2.24	526 1.97	16	土	親子煮 なめだけ和え わかめと人参のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	423 2.88	540 2.49	
2	土	けんちんうどん ゆで卵 果物 麦茶	パン 牛乳	439 2.18	552 1.95	18	月	塩マーボー豆腐 ハリハリ漬け もやしのみそスープ 果物 麦茶	うどんかいらんどう 牛乳	394 1.85	503 1.66	
4	月	きめ丸豆腐あんかけ れんこんマヨサラダ じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	シリアル 牛乳	399 2.35	512 2.07	19	火	筑前煮 かぼちゃの甘煮 キャベツと油揚げのみそ汁 果物 麦茶	ウインナーロールパン 牛乳	405 2.65	517 2.31	
5	火	豚肉のピザ焼き 付け合わせ 豆腐と卵のみそ汁 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	472 2.62	570 2.28	20	水	たらフライ 付け合わせ 五目みそ汁 果物 麦茶	焼肉パスタ 牛乳	394 2.65	508 2.31	
6	水	かじきの照り焼き カラフルさんぴら かぶとなめこのみそ汁 果物 麦茶	チキンライス 牛乳	424 2.44	532 2.41	21	木	チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 千んげん菜と卵のスープ 果物 麦茶	ビスケット ヨーグルト	375 2.44	494 2.41	
7	木	♡黄組リクエストメニュー♡				22	金	おでん きゅうりとツナの中華和え 果物 麦茶	バナナ 牛乳	379 1.92	496 1.72	
8	金	餃子スープ 大根とじゃこのサラダ 果物 麦茶	せんべい プリン	328 2.69	450 2.32	23	土	ひな祭り会 (中央公民館にて)				
9	土	鶏肉と野菜のケチャップ炒め レタスの和風サラダ 豆腐と人参のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	339 2.36	464 2.07	25	月	しゅうまい 切干大根の煮付け 豆腐とほうれん草のみそ汁 果物 麦茶	ほっほ焼き 牛乳	365 1.64	460 1.32	
12	火	味噌ラーメン 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	454 2.40	553 2.11	26	火	★バイキング★ 当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はいりません。		フルーツポンチ		
13	水	さばのみそ煮 すき昆布の煮付け 花ふのすまし汁 果物 麦茶	炊き込みご飯 牛乳	436 3.03	540 2.55	27	水	鮭ときのこのチャウダー フロッコリーのサラダ 果物 麦茶	チャーハン 牛乳	440 1.89	544 1.70	
14	木	ほうれん草グラタン 海藻サラダ コンソメスープ 果物 麦茶	ふかし芋 牛乳	422 2.41	530 2.11	28	木	鶏肉のネギみそ焼き かみかみサラダ キャベツと人参のみそ汁 果物 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	409 2.33	487 2.00	
15	金	豚肉のソースがけ フロッコリーの塩炒め 白菜と人参のみそ汁 果物 麦茶	クラッカー りんごゼリー	348 2.38	491 2.11					平均	410 2.38	518 2.09



※ 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。

※ 仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。

