



2月のこんだて



日	曜	10時おやつ	昼 食	3時おやつ
1	火	ビスケット 牛乳	さわらのムニエル かぼちゃの甘煮 豆腐お揚げのみそ汁 いちご	さつま芋のガレット 牛乳
2	水	ヨーグルト	ポークビーンズ 白菜のドレッシングあえ 玉ねぎとセロリのスープみかん	黒ごまクリームサンド 牛乳
3	木	バナナ 牛乳	おさかなバーグ キャベツの酢の物 わかめと豆腐のみそ汁 バナナ	ミニ恵方巻き 牛乳
4	金	せんべい 牛乳	蒸し餃子 もやしとわかめのナムル あさりのみそ汁 ヨーグルト	揚げない大学芋 牛乳
5	土	チーズ 牛乳	カレーライス コロッケ はるさめサラダ いちご お茶	ツナサンド りんごジュース
7	月	ゼリー	スパニッシュオムレツ 大根サラダ 豆乳スープ みかん	スティックケーキパン 牛乳
8	火	スティックパン 牛乳	とん汁うどん 鶏肉のカレー焼き 麦茶 いちご	コーンパン 牛乳
9	水	チーズ 牛乳	つくねバーグかば焼き風 切干大根のサラダ キャベツのみそ汁 バナナ	じゃこねぎおにぎり 牛乳
10	木	ビスコ 牛乳	たまごカレー マカロニサラダ はるさめスープ ヨーグルト	かぼちゃドーナツ 牛乳
12	土	チーズ 牛乳	カレー コロッケ はるさめサラダ いちご お茶	パニラウエハース りんごジュース
14	月	ヨーグルト	納豆のかきあげ 小松菜とコーンのごま和え きのこ汁 みかん	セサミクッキー 牛乳
15	火	バナナ 牛乳	親子煮 ブロッコリーと人参のおかか和え もやしのみそ汁 いちご	五平餅 牛乳
16	水	せんべい 牛乳	さばと玉ねぎのみそ煮 かぶのあちゃら漬け 麩のすまし汁 バナナ	えびせん 牛乳
17	木	ビスケット 牛乳	大豆のドライカレー（鬼の顔ランチ） さつま芋のレモン煮 けんちん汁 プチダノン	スマイルバナナブラウニー りんごジュース
18	金	スティックパン 牛乳	白身魚の照り焼き はるさめ炒め かき玉汁 いちご	黒糖蒸しパン 牛乳
19	土	せんべい 牛乳	カレーライス 鶏のから揚げ はるさめサラダ いちご お茶	ロールケーキ お茶
21	月	チーズ 牛乳	えび卵焼き きゅうりとツナの酢の物 納豆のみそ汁 みかん	りんご蒸しパン 牛乳
22	火	ゼリー	ささみフリット キャベツの中華風和え わかめとコーンのスープ ヨーグルト	焼きビーフン 牛乳
24	木	ヨーグルト	クリームシチュー アスパラソテー コンソメスープ バナナ	枝豆とじゃこのごはん 牛乳
25	金	バナナ 牛乳	豚肉の香味焼き ほうれん草の磯あえ のっぺい汁 いちご	栄養すいとん 牛乳
26	土	ビスケット 牛乳	カレーライス メンチカツ パスタサラダ いちご お茶	えびせん お茶
28	月	せんべい 牛乳	おからコロッケ（ツナ） なばなのごま和え 麩のすまし汁 ヨーグルト	マカロニのトマト煮 牛乳

※ちゅうりっぷ、すみれ、ひまわり組は袋をお渡しますので、お米6合をお持ちください。
※都合により、献立が変更になることがあります。
※ご不明な点は遠慮なくお聞きください。

	月間平均栄養価					
	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	食塩 g
3歳以上児	542	21.4	15.9	270	2.3	2
3歳未満児	455	17.9	14.5	282	1.7	1.6

