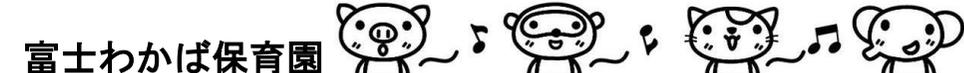




平成 30 年 2 月分 給食予定献立表



日	主食	副食	午前おやつ	3時おやつ	エネルギー		日	主食	副食	午前おやつ	3時おやつ	エネルギー	
					たんぱく質	脂質 塩分						たんぱく質	脂質 塩分
	(乳・幼)	(乳・幼)	(乳児)	(乳・幼児)				(乳・幼)	(乳・幼)	(乳児)	(乳・幼児)		
1 (木)	ご飯	マーボー豆腐 拌三糸 わかめスープ	牛乳	牛乳 蒸しパン	634 23.5 18.7 2.4		19 (月)	ご飯	竹輪のチーズ揚げ 小松菜サラダ 味噌汁	牛乳	牛乳 ホットケーキ	657 24.5 22.3 1.9	
2 (金)	ご飯 ☆	鬼さんカレー 小魚サラダ コンソメスープ くだもの	リンゴジュース	牛乳 節分菓子 ミニカップゼリー	683 20.9 21.3 3.7		20 (火)	ご飯 ☆	ビーフシチュー ドレッシングサラダ くだもの	牛乳	麦茶 ヨーグルト和え ウエハース	606 14.6 17.3 1.3	
3 (土)	めん	ラーメン 野菜炒め くだもの	牛乳	牛乳 かし	602 21.8 11.3 2		21 (水)	ご飯	焼き豆腐五目煮 もやしサラダ 味噌汁 ミニカップゼリー	牛乳	ジョア せんべい あたりめ	615 27 11.2 2.7	
5 (月)	ふりかけ ご飯	魚の照り焼き 切干大根煮物 味噌汁 ミニカップゼリー	牛乳	牛乳 かし キャンディチーズ	645 30 21.9 2.8		22 (木)	めん	★誕生会バイキング★ スパゲティ(ミートソース・ホワイトソース) いかくんサラダ 卵スープ くだもの	リンゴジュース	牛乳 ケーキ	627 17 18.9 2.8	
6 (火)	ご飯	鶏のごま風味焼き コールスローサラダ とん汁	牛乳	牛乳 じゃが餅	606 32.5 17 2.4		23 (金)	ご飯	カジキのリンゴソース 肉じゃが 味噌汁 ミニカップゼリー	牛乳	牛乳 かぼちゃパウンド	631 25.8 16.8 3.4	
7 (水)	ご飯	大豆つくね ごま和え 澄まし汁 くだもの	野菜ジュース	牛乳 フルーツサンド	648 29 21 1.8		24 (土)	ご飯 ☆	ハヤシライス コンソメスープ くだもの	牛乳	牛乳 かし	618 18.9 19.6 3.2	
8 (木)	ロールパン ☆	鶏のクリーム煮 キャベツとハムのフレンチサラダ コンソメスープ	牛乳	牛乳 マドレーヌ	640 26.3 16.4 3.5		26 (月)	ご飯	鮭のタルタルソースフライ カリカリベーコンサラダ 豆腐スープ	野菜ジュース	牛乳 マシュマロバー	648 29.9 24.1 3.1	
9 (金)	めん	焼きそば 肉団子スープ くだもの	牛乳	牛乳 肉まん (0歳カステラ)	604 27.9 18.8 3		27 (火)	ご飯	ロールキャベツ ツナサラダ くだもの	牛乳	麦茶 プリン かし	616 21.7 14.4 1.5	
10 (土)	パン	卵サンド ブロッコリーおかか和え コーンスープ	牛乳	牛乳 かし	635 24.2 14.3 2		28 (水)	めん	カレーうどん ブロッコリーマヨ焼き くだもの	牛乳	牛乳 ピザパン	658 27.2 18.4 3	
13 (火)	ご飯	八宝菜 かぼちゃ煮物 中華卵スープ くだもの	リンゴジュース	ぶどうジュース ポリポリ小魚 キャンディチーズ	600 27.3 9.1 2.3		3歳児以上 カロリー(631kcal) たんぱく質(24.3g) 脂肪(17.9g) カルシウム(295g) 鉄(3.0mg) 食物繊維(5.1g) 塩分相当量(2.5mg) 3歳児未満 カロリー(536kcal) たんぱく質(20.3g) 脂肪(15.1g) カルシウム(261mg) 鉄(2.5mg) 食物繊維(4.2g) 塩分相当量(2.0g)						
14 (水)	ご飯	豆腐のチーズ団子 白菜とほうれん草のしらす和え かぶとコーンのスープ ミニカップゼリー	牛乳	牛乳 ブラウニー	602 19.8 15.1 1.8		都合により献立の内容が変更になる場合があります。ご承知おきください。 <目標量>エネルギー612kcal たんぱく質15.3~30.5g脂肪13.6~20.4g						
15 (木)	夕焼け ご飯	鶏と大根の煮物 キャベツとカニかまのごま酢 味噌汁 くだもの	牛乳	麦茶 ヨーグルト ウエハース	687 22.9 23.7 2.6		主食欄に☆印の付いている日は、箸とコップの他にスプーンも持参して下さい。						
16 (金)	ご飯	ぎょうざ ごぼうサラダ わかめスープ	野菜ジュース	牛乳 揚げパン	608 22.8 11.1 2.6								
17 (土)	ご飯	親子丼 味噌汁 くだもの	牛乳	牛乳 かし	650 23.5 28.7 1.7								

