



令和2年1月31日発行

2月献立表 軽野保育園

日付	曜	午前(未満児)	昼 食	午後のおやつ
1	土	麦茶	たまごサンド、ジャムサンド 肉団子 もやしの磯辺和え	さつま芋のかりんとう 麦茶
3	月	りんごジュース	ごはん、イワシの梅しそフライ、五目大豆煮、かまぼこ、小松菜のすまし汁 みかん缶	きなこボール、牛乳
4	火	オレンジジュース	ごはん、筑前煮、カレーマカロニサラダ、豆腐とわかめの味噌汁、りんご缶	動物ホットケーキ、牛乳
5	水	グレープジュース	ごはん、チンジャオロース、ほうれん草のごま和え、油揚げ、きゃべつの味噌汁、パイ缶	コーンフレーク、牛乳
6	木	フルーツジュース	きつねごはん、焼き魚(鮭)、はくさいとしめじのお浸し、大根とわかめの味噌汁、甘夏缶	ワッフル、牛乳
7	金	野菜ジュース	ミートスパゲティ、チキンナゲット、ブロッコリーとツナのごま酢和え	カスタードプリン
8	土	麦茶	えびピラフ、鶏肉のから揚げ、ほうれん草とコーンのマヨ和え	クラッカー、麦茶
10	月	野菜ジュース	ごはん、南瓜のひき肉フライ、千切りキャベツ、大根の中華風煮物、玉葱とわかめの味噌汁	ハーベストセサミ、牛乳
12	水	グレープジュース	ごはん、シューマイ、茎わかめとひじきの五目炒め、じゃがいもの味噌汁、みかん缶	ビスケット、牛乳
13	木	フルーツジュース	ごはん、マーボー豆腐、ツナ、ちくわ、茹できゃべつの和え物、小松菜の中華スープ	せんべい、牛乳
14	金	りんごジュース	お弁当日	ほうれん草蒸しケーキ、牛乳
15	土	麦茶	五目やしそば、ミートボール、りんごと胡瓜のサラダ	クッキー、麦茶
17	月	りんごジュース	ごはん、豚肉と白菜のすき焼き風、野菜サラダ、油揚げと小松菜の味噌汁	干し芋、牛乳
18	火	オレンジジュース	ごはん、肉じゃが、きゃべつのきのこ和え、豆腐と麩のすまし汁、洋梨缶	ビスケット、牛乳
19	水	フルーツジュース	ごはん、タンドリーチキン、スパゲティサラダ、五目中華スープ、みかん缶	大学芋、牛乳
20	木	オレンジジュース	ごはん、さばの生姜煮、春雨の中華風サラダ、白菜、さつま芋の味噌汁、パイ缶	せんべい、牛乳
21	金	りんごジュース	ごはん、松風焼き、もやしと胡瓜のツナ和え、さつま汁、オレンジ	メロンパン風トースト、牛乳
22	土	麦茶	焼きおにぎり、肉団子、茹で野菜の和風和え	せんべい、麦茶
25	火	りんごジュース	ごはん、はんぺんのチーズフライ、切干大根の煮物、じゃが芋とたまねぎの味噌汁、りんご	クラッカー、牛乳
26	水	グレープジュース	バターロール、チキン竜田、マカロニグラタン、ブロッコリーときのこのスープ、みかん缶	ケーキ、麦茶
27	木	グレープジュース	ごはん、さわらのみそ照り焼き、めかぶ納豆、南瓜のそぼろ煮、白菜、油揚げの味噌汁	ドーナッツ、牛乳
28	金	フルーツジュース	ごはん、チキンカレーライス、コーンフレークサラダ、厚焼き卵	肉まん、牛乳
29	土	麦茶	肉うどん、青菜とコーンのきのこ和え	さつまぼうろ、麦茶

	エネルギー	蛋白	脂肪	カルシウム	鉄	A	B1	B2	C	塩
3歳未満児	507	20.3	14.1	231	2.0	197	0.28	0.31	21	1.6
3歳以上児	574	23.0	15.9	259	2.4	203	0.31	0.36	20	1.9

