

平成31年



2月献立表



マロニエ幼稚園

日	曜	献立名			あか	きいろ	みどり
		朝おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	金	ビスケット 麦茶	焼き鳥丼 コンソメスープ キャベツの和え物 いよかん 麦茶	プリン ウエハース 麦茶	鶏肉 牛乳 クリーム	米 砂糖 ごま プリンの素 ウエハース ビスケット	焼きのり キャベツ チンゲン菜 えのき茸 人参 いよかん
4	月	ウエハース 麦茶	雑穀ご飯 味噌汁 鮭と野菜の五目玉子焼き 三色のりおえ りんご 麦茶	ジャムサンドクラッカー 麦茶	味噌 鶏卵 鮭	米 きび 黒米 じゃが芋 砂糖 いちごジャム クラッカー ウエハース あわ	昆布 干しいたけ 大根 チンゲン菜 人参 クリンピース 長ねぎ 白菜 ほうれん草 焼きのり りんご
5	火	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のコンソメスープがけ 人参ドレッシングサラダ みかん 麦茶	蒸し大学芋 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 牛乳	米 無塩バター 薄力粉 さつま芋 砂糖 ごま ビスケット	昆布 干しいたけ 白菜 しめじ 玉ねぎ コーン コーンクリーム キャベツ もやし わかめ みかん
6	水	クラッカー 麦茶	ご飯 すいとん汁 赤魚のごま風味焼き かぼちゃの煮物 パナナ 麦茶	マフィン 牛乳	味噌 赤魚 鶏卵 牛乳	米 薄力粉 ごま 砂糖 無塩バター クラッカー	昆布 干しいたけ 大根 えのき茸 ごぼう 万能ねぎ 南瓜 バナナ
7	木	アンパンマン せんべい 麦茶	ご飯 コンソメスープ ポテトと玉子のチーズ焼き ブロッコリーとコーンのカレー風味サラダ りんご 牛乳	コーンフレーククッキー 麦茶	鶏卵 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油 コーンフレーク せんべい	玉ねぎ ほうれん草 わかめ パセリ ブロッコリー もやし コーン 人参 りんご
8	金	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め キャベツとしらすの和え物 みかん 麦茶	甘食 牛乳	味噌 豚肉 しらす 鶏卵 練乳 牛乳	米 里芋 油 無塩バター 砂糖 薄力粉 ビスケット	昆布 干しいたけ ごぼう ほうれん草 玉ねぎ ヒーマン しょうが キャベツ 小松菜 人参 みかん
12	火	ビスケット 麦茶	煮込みうどん 大根とささ身のサラダ パナナ 麦茶	ミルクゼリーいちごジャム ソース ウエハース 麦茶	油揚げ 鶏肉 牛乳	うどん 砂糖 ノンエッグマヨネーズ いちごジャム ウエハース ビスケット	白菜 人参 えのき茸 長ねぎ 大根 きゅうり パナナ アガー
13	水	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 野菜つくね こんにやくとごぼうの金平 パナナ 麦茶	あんまん 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 木綿豆腐 牛乳	米 はん粉 片栗粉 油 ごま あんまん風味 クラッカー	昆布 干しいたけ 白菜 切干大根 玉ねぎ 人参 ひじき ごぼう しらたき ほうれん草 バナナ
14	木	アンパンマン せんべい 麦茶	丸パン コーンスープ ハンバーグ ブロッコリーのサラダ オレンジ 牛乳	ハートのココアクッキー 麦茶	牛乳 スキムミルク 豚肉 木綿豆腐 ツナ 鶏卵	丸パン 無塩バター 薄力粉 はん粉 片栗粉 砂糖 油 ごま油 せんべい	コーン 玉ねぎ 人参 コーンクリーム パセリ ブロッコリー もやし オレンジ
15	金	ビスケット 麦茶	麦ご飯 ポークカレー コーンフレークサラダ りんご 麦茶	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 油 砂糖 コーンフレーク 薄力粉 ビスケット	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン りんご 南瓜
18	月	ウエハース 麦茶	玄米入りご飯 わかめスープ 鶏肉の竜田揚げ マカロニサラダ みかん 麦茶	カップケーキ 麦茶	鶏肉 鶏卵	米 玄米 ごま油 片栗粉 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 薄力粉 ウエハース	玉ねぎ 人参 わかめ しょうが きゅうり みかん
19	火	ビスケット 麦茶	【雨水】 ご飯 すまし汁 さばのごまみりん焼き 白菜とわかめの甘酢和え りんご 麦茶	どら焼き 牛乳	さば あずき 牛乳	米 小切麩 砂糖 ごま ホットケーキ ビスケット	昆布 干しいたけ 小松菜 えのき茸 しょうが 白菜 人参 わかめ りんご
20	水	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 野菜入り和風ミートローフ トマトドレッシングサラダ オレンジ 牛乳	クッキー 小魚 麦茶	味噌 高野豆腐 豚肉 木綿豆腐 牛乳 鶏卵 煮干し	米 じゃが芋 さつま芋 はん粉 片栗粉 薄力粉 砂糖 無塩バター クラッカー	昆布 干しいたけ 長ねぎ 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン オレンジ
21	木	アンパンマン せんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 焼肉炒め 大根の煮物 チーズ 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	味噌 豚肉 厚揚げ チーズ 牛乳	米 油 ごま 砂糖 薄力粉 せんべい	昆布 干しいたけ 小松菜 えのき茸 万能ねぎ 玉ねぎ ヒーマン しょうが にんにく 大根 人参 レーズン
22	金	ビスケット 麦茶	★お誕生日会★ ミートソーススパゲティ コンソメスープ ひじきとキャベツの和え物 フリン 麦茶	スイートパンプキン 牛乳	豚肉 牛乳 クリーム スキムミルク	スパゲティ 油 砂糖 さつま芋 プリンの素 無塩バター ビスケット	玉ねぎ 小松菜 コーン ひじき キャベツ 人参 いちご 南瓜
25	月	ウエハース 麦茶	ご飯 すまし汁 豚肉とじゃが芋の味噌煮 白菜のなめたけおえ りんご 麦茶	マーブル蒸しパン 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	米 油 じゃが芋 砂糖 薄力粉 ウエハース	昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ わかめ 人参 万能ねぎ 白菜 なめ茸 小松菜 りんご
26	火	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 白身魚のフライ 春雨サラダ チーズ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 麦茶	味噌 木綿豆腐 たら チーズ クリーム	米 薄力粉 はん粉 油 片栗粉 春雨 ごま ごま油 砂糖 ウエハース ビスケット	昆布 干しいたけ 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ チンゲン菜 ぶどうジュース アガー
27	水	クラッカー 麦茶	雑穀ご飯 きのこ鶏ひき肉のカレー 小松菜ともやしのおかか炒め ジャムヨーグルト 麦茶	ごまおこし 麦茶	鶏肉 かつお節 ヨーグルト スキムミルク	米 きび 黒米 じゃが芋 油 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ ごま クラッカー あわ	玉ねぎ 人参 しめじ エリンギ 小松菜 もやし りんごソース
28	木	アンパンマン せんべい 麦茶	ご飯 野菜とマカロニの具だくさんスープ オムレツ お芋のグリルサラダ パナナ 牛乳	フルーツヨーグルト 小魚 麦茶	鶏卵 豚肉 チーズ 牛乳 ヨーグルト スキムミルク 煮干し	米 マカロニ 無塩バター じゃが芋 さつま芋 油 砂糖 せんべい	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 きゅうり パセリ パナナ りんご 黄桃缶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
乳 目標量	475	17.8	13.2	225	1.5
児 平均量	520	17.9	14.3	243	1.5
幼 目標量	585	18.5	16.2	270	1.8
児 平均量	615	20.2	17.6	294	1.8