



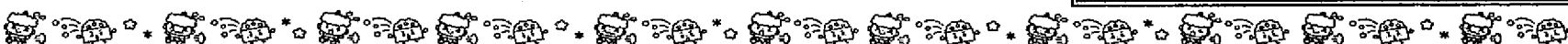
献立予定表



日	曜	未満児		共通		未満児 追加食	共通 3時おやつ	
		10時おやつ	主食	献立名				
1	日							
2	月	バナナ	白ごはん	五目いり卵 スティックサラダ わかめの清汁 オレンジ		赤魚の煮付け	スキムミルク ☆クロックムッシュ	
3	火	牛乳	鬼ごはん (全園児)	鶏肉の唐揚げ ほうれん草のごま和え コーンポタージュスープ いちご		チーズキャンディ	スキムミルク クッキー	
4	水	牛乳	白ごはん	クリームシチュー 春雨サラダ バナナ		豚肉三色ロール	お茶 ハッピーターン	
5	木	温野菜	カレーピラフ	鱈のフライ ごぼうサラダ 南瓜の味噌汁 りんご		卵焼き (★コーンソテー)	牛乳 ☆サターアングリー	
6	金	バナナ	白ごはん	昆布と大豆の五目煮 竹輪のカレー粉焼き えのきの清汁 みかん		湯豆腐	スキムミルク ベジタベ	
7	土	牛乳	白ごはん	焼きそば 中華胡瓜 コンソメスープ オレンジ		チキンボール		
8	日							
9	月	バナナ	白ごはん	卵の袋煮 納豆和え オクラの味噌汁 みかん (★豆腐煮)		フライドポテト	スキムミルク 黒糖丸ぼろ	
10	火	牛乳	白ごはん	茄子の挽肉炒め ほうれん草のマヨネーズサラダ 玉葱の清汁 バナナ		トマト	お茶 ☆みかんゼリー	
11	水	建国記念の日						
12	木	温野菜	白ごはん	ミートソーススパゲティ キャベツの香り漬け 大根のスープ りんご		スクランブルエッグ (★豆腐煮)	牛乳 ☆クッキー	
13	金	バナナ	じゃこごはん	豆腐グラタン 人参ともやしの酢の物 薄揚げの味噌汁 オレンジ		茹でブロッコリー	スキムミルク ノアール	
14	土	牛乳	白ごはん	ちゃんこうどん さつまいものグラッセ りんご		赤魚の照り焼き		
15	日							
16	月	バナナ	白ごはん	和風卵とじ りんごサラダ 春雨スープ みかん		南瓜のそぼろ煮	スキムミルク スティックポテト	
17	火	牛乳	白ごはん	豆腐と青菜のチャンプルー 鮭の照り焼き ミントマト マカロニサラダ キャベツの清汁 メロン オレンジ		ウインナー	お茶 ☆大学芋	
18	水	牛乳	白ごはん	だふ 和風もやしサラダ バナナ		赤魚の天ぷら	お茶 ☆お好み焼き	
19	木	温野菜	白ごはん	れんこんハンバーグ ポテトサラダ 麩の清汁 みかん		卵豆腐 (★胡瓜の和え物)	スキムミルク スコーン 誕生ケーキ (以上児)	
20	金	バナナ	ゆかりごはん	がんもどき 中華和え しめじとレタスのスープ りんご		煮豆	スキムミルク こめボンバー	
21	土	牛乳	白ごはん	とんこつラーメン 三色ごま和え バナナ		ポテトチーズ焼き		
22	日							
23	月	天皇誕生日						
24	火	牛乳	白ごはん	竹輪の磯辺揚げ スパゲティサラダ はんぺんの清汁 バナナ		芋のオレンジ煮	スキムミルク ☆ポケットサンド	
25	水	牛乳	白ごはん	カレーうどん わかめのみぞれ和え みかん		鶏肉の照り焼き	お茶 ☆フルーツポンチ	
26	木	温野菜	人参ごはん	とんかつ 干切りキャベツ トマト ほうれん草ともやしの味噌汁 りんご		胡瓜の酢漬	スキムミルク カスタードケーキ	
27	金	バナナ	白ごはん	ハンバーグ 切り昆布のサラダ わかめスープ オレンジ		鮭の塩焼き	お茶 せんべい	
28	土	牛乳	白ごはん	スープスパゲティ 胡瓜の和え物 バナナ		粉ふき芋		

※ 箸 バイキング ※ 誕生会 ※ ☆手作りおやつ ※ ★アレルギー児
※12日 青組: クッキング (クッキー作り)

【今月の栄養平均】
未満児: 460kcal (主食含む) 以上児: 413kcal



鬼は外! 寒さに負けず元気に過ごしましょう

2月の行事と言えば「節分」です。節分は立春の前日で季節が分かれる日を意味します。

暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日は続きます。風邪などひかないように、バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけましょう。

