

2月の目標：感謝して食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
 ※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。
 乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
 ※一日の幼児昼食おやつ分のカロリー基準：550kcal

	月	火	水	木 1	金 2	土 3
昼食				フティボワン マカロニときのこのグラタン かぶとブロッコリーの温野菜 ベーコンと玉ねぎのスープ はっさく	鱈の蒲焼き丼 金平金棒 小松菜のお浸し 鬼除け汁 いちご	そぼろ丼 胡瓜と人参の海苔和え じゃが芋と苺布の味噌汁 ヨーグルト
3時				豚肉とコーンの炊き込みご飯 小魚 麦茶	節分クッキー 牛乳	ゆかりおにぎり 牛乳
				I補給 - 531 kcal 蛋白質 226 g 脂質 192 g 炭水化物 70.2 g	I補給 - 569 kcal 蛋白質 237 g 脂質 210 g 炭水化物 76.4 g	I補給 - 533 kcal 蛋白質 216 g 脂質 115 g 炭水化物 90.3 g
	5	6	7	8	9	10
昼食	ご飯 鶏肉のりんごソースがけ 白雪サラダ 南瓜と小松菜の味噌汁 いよかん	菜飯 カレイの煮つけ 切干大根のハリハリサラダ 大根皮入りみぞれ汁 フルーツゼリー	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ほうれん草と生姜のスープ バナナ	胚芽ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め 温野菜の和風サラダ 白菜としめじの味噌汁 ヨーグルト	野菜たっぷり味噌ラーメン 焼売 ほうれん草の中華ナムル テコボン	ご飯 豚肉と野菜の炒めもの 小松菜の煮浸し かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	お麩ラスク ヨーグルトドリンク	あったかワントンスープ 麦茶	チーズケーキ風トースト 牛乳	そぼろの和風あんかけ丼 麦茶	パンオレ ヨーグルトドリンク	塩昆布おにぎり 牛乳
	I補給 - 572 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 17.3 g 炭水化物 84.6 g	I補給 - 447 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 7.5 g 炭水化物 72.8 g	I補給 - 584 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 15.1 g 炭水化物 106.0 g	I補給 - 530 kcal 蛋白質 206 g 脂質 13.1 g 炭水化物 87.2 g	I補給 - 516 kcal 蛋白質 256 g 脂質 14.3 g 炭水化物 75.3 g	I補給 - 493 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 11.8 g 炭水化物 80.1 g
	12	13	14	15	16	17
昼食		ご飯 鱈のチーズ焼き 紅心大根サラダ～柑橘ドレッシング ほうれん草とさつまいものスープ バナナ	ご飯 鶏の竜田揚げ ひじきのサラダ 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 エビフライ ポテトサラダ ほうれん草のコンソメスープ きらきらみかんゼリー	鱈の蒲焼き丼 金平ごぼう 小松菜のお浸し 豚汁 いちご	そぼろ丼 胡瓜と人参の海苔和え じゃが芋と苺布の味噌汁 ヨーグルト
3時		オレンジマフィン 牛乳	チーズ焼きおにぎり 小魚 麦茶	いちごパイ 牛乳	パンオレ ヨーグルトドリンク	ゆかりおにぎり 牛乳
		I補給 - 493 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 15.0 g 炭水化物 73.2 g	I補給 - 520 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 14.0 g 炭水化物 78.8 g	I補給 - 518 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 16.0 g 炭水化物 82.5 g	I補給 - 527 kcal 蛋白質 256 g 脂質 9.4 g 炭水化物 87.2 g	I補給 - 533 kcal 蛋白質 216 g 脂質 11.5 g 炭水化物 90.3 g
	19	20	21	22	23	24
昼食	ご飯 鶏肉のりんごソースがけ 白雪サラダ 南瓜と小松菜の味噌汁 いよかん	菜飯 カレイの煮つけ 切干大根のハリハリサラダ 大根皮入りみぞれ汁 フルーツゼリー	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ほうれん草と生姜のスープ バナナ	胚芽ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め 温野菜の和風サラダ 白菜としめじの味噌汁 ヨーグルト		ご飯 豚肉と野菜の炒めもの 小松菜の煮浸し かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	お麩ラスク ヨーグルトドリンク	あったかワントンスープ 麦茶	チーズケーキ風トースト 牛乳	そぼろの和風あんかけ丼 麦茶		塩昆布おにぎり 牛乳
	I補給 - 572 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 17.3 g 炭水化物 84.6 g	I補給 - 447 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 7.5 g 炭水化物 72.8 g	I補給 - 584 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 15.1 g 炭水化物 106.0 g	I補給 - 530 kcal 蛋白質 206 g 脂質 13.1 g 炭水化物 87.2 g		I補給 - 493 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 11.8 g 炭水化物 80.1 g
	26	27	28	29		
昼食	フティボワン マカロニときのこのグラタン かぶとブロッコリーの温野菜 ベーコンと玉ねぎのスープ はっさく	ご飯 鱈のチーズ焼き 紅心大根サラダ～柑橘ドレッシング ほうれん草とさつまいものスープ バナナ	ご飯 鶏の竜田揚げ ひじきのサラダ 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト	麦ごはん 豚肉と野菜の甘酢あん 中華胡瓜 ふんわり卵スープ みかん		
3時	豚肉とコーンの炊き込みご飯 小魚 麦茶	オレンジマフィン 牛乳	チーズ焼きおにぎり 小魚 麦茶	さつまいもとりんごの茶巾 牛乳		
	I補給 - 531 kcal 蛋白質 226 g 脂質 192 g 炭水化物 70.2 g	I補給 - 493 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 15.0 g 炭水化物 73.2 g	I補給 - 520 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 14.0 g 炭水化物 78.8 g	I補給 - 477 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 13.5 g 炭水化物 76.5 g		