

花房山目黒駅前保育園333 令和6年度2月(如月)献立表

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:548kcal

	月	火	水	木	金	土 1
昼食						ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時						やさいかりんとう 牛乳 エネルギー 528 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 13.4 g 炭水化物34.2 g
	3 節分鬼行列	4 避難訓練	5	6	7 体育指導	8
昼食	鯛の蒲焼き丼 金平金棒 小松菜のお浸し 鬼除け汁 いちご	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 デコボン	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ペイザンヌスープ バナナ	ご飯 鱈の柚子マヨ焼き みかんとキャベツのサラダ ほうれん草のミルクスープ いよかん	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 ヨーグルト	そぼろ丼 胡瓜と人参の海苔和え じゃが芋と若布の味噌汁 フルーツゼリー
3時	鬼まんじゅう 牛乳	人参とチーズのおやき 麦茶	あったかワンタンスープ ちゃんこ鍋(つき組) 麦茶	オレンジマフィン ヨーグルトドリンク	切干大根の炊き込みご飯 小魚 麦茶	おかかおにぎり 牛乳
	エネルギー 552 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 13.3 g 炭水化物30.0 g	エネルギー 566 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 17.7 g 炭水化物32.4 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 10.9 g 炭水化物7.4 g	エネルギー 526 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 11.2 g 炭水化物8.5 g	エネルギー 492 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 10.3 g 炭水化物33.3 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物39.0 g
	10	11	12	13	14	15
昼食	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 フルーツゼリー	建国記念日 ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁 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 バナナ	鶏ときのこの和風スパゲティ かぶとブロッコリーの温野菜 ぼかぼか生姜スープ ヨーグルト	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 デコボン	ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	さつまいもとりんごの茶巾 牛乳		お麩ラスク 牛乳	チーズ焼きおにぎり 小魚 麦茶	クロワッサン ヨーグルトドリンク	やさいかりんとう 牛乳
	エネルギー 532 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 16.8 g 炭水化物32.6 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 19.7 g 炭水化物37.5 g	エネルギー 431 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 10.9 g 炭水化物67.1 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 6.1 g 炭水化物31.4 g	エネルギー 528 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 13.4 g 炭水化物34.2 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物39.0 g
	17	18 誕生会	19 スポプロ	20	21	22 年度末懇談会
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 デコボン	ミックスピラフ 鶏肉のガーリックソテー キャベツのコールスローサラダ カリフラワーポタージュ きらきらみかんゼリー	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ペイザンヌスープ バナナ	ご飯 鱈の柚子マヨ焼き みかんとキャベツのサラダ ほうれん草のミルクスープ いよかん	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 ヨーグルト	そぼろ丼 胡瓜と人参の海苔和え じゃが芋と若布の味噌汁 フルーツゼリー
3時	人参とチーズのおやき 麦茶	アップルパイ ホットティー	あったかワンタンスープ 麦茶	オレンジマフィン ヨーグルトドリンク	切干大根の炊き込みご飯 小魚 麦茶	おかかおにぎり 牛乳
	エネルギー 566 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 17.7 g 炭水化物32.4 g	エネルギー 557 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 16.6 g 炭水化物37.1 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 10.9 g 炭水化物7.4 g	エネルギー 526 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 11.2 g 炭水化物8.5 g	エネルギー 492 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 10.3 g 炭水化物33.3 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物39.0 g
	24	25	26	27	28	
昼食	振替休日	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 デコボン	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 バナナ	鶏ときのこの和風スパゲティ かぶとブロッコリーの温野菜 ぼかぼか生姜スープ ヨーグルト	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 フルーツゼリー	
3時		チーズケーキ風トースト 牛乳	お麩ラスク 牛乳	チーズ焼きおにぎり 小魚 麦茶	クロワッサン ヨーグルトドリンク	
		エネルギー 552 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 14.3 g 炭水化物33.1 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 19.7 g 炭水化物37.5 g	エネルギー 431 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 10.9 g 炭水化物67.1 g	エネルギー 573 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 15.7 g 炭水化物37.3 g	