



2月 献立表

すずの丘保育園
令和4年 1月 31日

| 日付 | 曜日 | 午前おやつ (未満児) | 昼食 | 午後おやつ |
|----|----|----------------|--|-------------------|
| 1 | 火 | 野菜ジュース | 御飯・松風焼き・ブロッコリーとツナのごまマヨ和え・そうめんスープ・オレンジ | クロワッサン 牛乳 |
| 2 | 水 | りんごジュース | 御飯・じゃがいものそぼろ煮・ひじきのナムル・小松菜と麩のみそ汁・ | ウエハース 牛乳 |
| 3 | 木 | オレンジジュース | 御飯・いわしの梅煮・コールスローサラダ・さつま汁・りんご | きな粉フレーク 牛乳 |
| 4 | 金 | りんごジュース | カレー南蛮・鶏肉の唐揚げ・ほうれん草のお浸し・甘夏みかん缶 | おにぎり 牛乳 |
| 7 | 月 | パインジュース | わかめ御飯・チャプチェ・里芋と大根の煮物・豆腐と油揚げのみそ汁 | あずき豆乳蒸しパン 牛乳 |
| 8 | 火 | 野菜ジュース | 御飯・かじきの照焼き・じゃが芋のきんぴら・ほうれん草と麩のみそ汁・みかん缶 | マカロニきな粉 牛乳 |
| 9 | 水 | ぶどうジュース | 根菜カレーライス・コーンフレークサラダ・厚焼き玉子・パイン缶 | ヨーグルト |
| 10 | 木 | オレンジジュース | 御飯・マーボー豆腐・れんこんのツナ炒め・ブロッコリーのスープ | 焼きいも 牛乳 |
| 14 | 月 | パインジュース | きのご飯・ポークシュウマイ・(付)サラダ菜・切干大根とれんこんの煮物・春雨スープ | ココアカップケーキ 牛乳 |
| 15 | 火 | 野菜ジュース | 御飯・おから入りミートローフ・もやしと小松菜の中華風サラダ・ キャベツのコンソメスープ | みかんとりんごのヨーグルト |
| 16 | 水 | ぶどうジュース | ロールパン・チキン竜田・(付)サニーレタス・春雨サラダ・クリームシチュー・いちご | ケーキ 麦茶 |
| 17 | 木 | オレンジジュース | 御飯・かじきとしめじの炒め物・マカロニサラダ・豆腐とわかめのスープ | せんべい 牛乳 |
| 18 | 金 | りんごジュース | 大豆入りジャージャー麺・豆腐ナゲット・ブロッコリーのかつお節和え | 五目おにぎり 牛乳 |
| 21 | 月 | パインジュース | 御飯・豆乳クリームコロッケ・(付)キャベツ・五目きんぴら・小松菜と玉ねぎのみそ汁 | フルーツ牛乳寒天 |
| 22 | 火 | 野菜ジュース | 御飯・鶏肉のみそマヨ炒め・にんじんしりしり・さつま芋とわかめのみそ汁 | 豆乳フレンチトースト 牛乳 |
| 24 | 木 | オレンジジュース | 御飯・さばのみそ煮・春雨ときゅうりの酢の物・小松菜と豆腐のすまし汁・パイン缶 | もち麦とごまのせんべい 牛乳 |
| 25 | 金 | りんごジュース | ハヤシライス・ブロッコリーのマヨネーズ和え・バナナ | 豆乳プリンタルト 牛乳 |
| 28 | 月 | パインジュース | 御飯・鮭のムニエル・白菜としめじのお浸し・大根とほうれん草のみそ汁 | コーンチーズトースト 牛乳 |

| | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | カルシウム mg | 鉄 mg | 食塩 g |
|-------|---------------|------------|---------|-------------|---------|---------|
| 3歳以上児 | 546 | 20.9 | 16.9 | 231 | 2.2 | 1.9 |
| 3歳未満児 | 490 | 17.5 | 13.7 | 197 | 1.9 | 1.7 |

※ 食材納入の関係により、献立が変更になることがあります。

