



# 2月の献立

軽野保育園  
平成29年1月31日

日	曜	10時おやつ	材料名	3時おやつ
01	水	フルーツミックスジュース	御飯 すきやき風煮 ほうれん草の鰹節和え きゃべつと人参のみそ汁 みかん	せんべい 牛乳
02	木	飲むヨーグルト	御飯 鶏肉、里芋と大根の田舎煮 もやしと胡瓜のナムル かぼちゃとたまねぎの味噌汁 パイン缶	バナナ&りんご 牛乳
03	金	りんごジュース	御飯 五目大豆煮 大根サラダ いわしのつみれ汁 オレンジ	きなこボール 牛乳
04	土	いちご牛乳	スパゲティナポリタン ブロッコリーサラダ オレンジ	バームクーヘン 飲むヨーグルト
06	月	グレープジュース	御飯 さんまのおかか煮 春雨サラダ 小松菜とたまねぎの味噌汁 パイン缶	マドレーヌ 牛乳
07	火	オレンジジュース	御飯 春巻き 切干大根の煮物 卵スープ みかん缶	ビスコ 牛乳
08	水	フルーツミックスジュース	御飯 チキンカレー(じゃが芋、玉葱、人参、バター) 厚焼き卵 野菜サラダ オレンジ	クリームコンフェ 牛乳
09	木	パインジュース	御飯 魚の風味焼き(ステーキ) マカロニサラダ さつまいも、えのき、わかめの味噌汁 みかん	いちごヨーグルト
10	金	りんごジュース	おべんとう日	バナナハードケーキ 牛乳
13	月	オレンジジュース	御飯 かじきと大根の角煮 温野菜サラダ(きゃべつ、 もやし、にんじん、) 玉葱と小松菜、人参の味噌汁 パイン缶	りんご、バナナ 牛乳
14	火	グレープジュース	御飯 シュウマイ(海老入り) フリックのツナ和え けんちん汁 りんご	マカロニきな粉 牛乳
15	水	フルーツミックスジュース	バターロール 海老フライ 野菜の中華和え クリームシチュー(コーン) 甘夏缶	キッズショート 麦茶
16	木	りんごジュース	御飯 松風焼き ブロッコリーのお浸し もやしのごま 酢和え 白菜とわかめの味噌汁 みかん缶	まがりせんべい 牛乳
17	金	飲むヨーグルト	御飯 筑前煮 小松菜と人参のおかか和え 豆腐のすまし汁 りんご	フルーツ入りミルク寒天
18	土	りんごジュース	カレーライス ブロッコリーの中華サラダ ウインナー オレンジ	せんべい 飲むヨーグルト
20	月	オレンジジュース	御飯 鯖の味噌煮 春雨ともやしの酢の物 かきたま汁 みかん	牛乳 せんべい
21	火	飲むヨーグルト	御飯 ささ身の中華風てんぷら ボイルブロッコリー 白 滝と、ごぼう、豆の炒り煮 大根とわかめのみそ汁 りんご	肉まん 牛乳
22	水	フルーツミックスジュース	バターロール 鶏肉のケチャップ煮 スパゲティサラダ ブロッコリー、わかめ、玉葱のコンソメスープ パイン缶	バナナヨーグルト
23	木	りんごジュース	御飯 肉じゃが、ほうれん草の磯辺和え 大根とわかめの みそ汁 甘夏缶	ビスケット 牛乳
24	金	グレープジュース	御飯 さわらの幽庵焼き れんこんのそぼろ炒め かぼちゃと玉葱の味噌汁 オレンジ	りんごゼリー、ウエハース 牛乳
25	土	りんごジュース	ソース焼きそば ウインナー みかん	せんべい 野菜ジュース
27	月	オレンジジュース	焼き魚(鮭) スパゲティティー 豆腐と玉葱の味噌汁 パイン缶	あんぱん 牛乳
28	火	グレープジュース	御飯 チンジャオロース 切干大根とれんこんの煮物 白菜とわかめの味噌汁 みかん缶	スイートポテト 牛乳

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	551	19.4	17.7	204	1.9	138	0.27	0.32	23	3.6	2.1
3才未満児	486	16.1	14.5	182	1.6	125	0.23	0.28	26	3.1	1.7