



2月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2021年

日曜日	給食	おやつ	カロリー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
1 月	ハムチーズサンド、鮭のオリーブ焼き(レモン添え)、トマトサラダ、マッシュポテト、豆乳スープ、バナナ	麦茶、海苔巻き	546	25.9	19.5
2 火	煮大豆入り混ぜごはん、鶏肉の金棒揚げ、鬼ヶ島サラダ、きのこ汁、イチゴ	麦茶、鬼っ子ケーキ	588	22.1	16
3 水	なんちゃって春巻き丼、豆腐サラダ、かぼちゃ煮、わかめスープ、いよかん	麦茶、ごまスティック	579	16.9	15.2
4 木	ごはん、鯖の塩焼き、厚揚げのひじき煮、かにかま入り卵焼き、里芋汁、リンゴ	牛乳、きな粉入り蒸しパン	562	24.8	20.2
5 金	かきあげうどん、大根とツナの煮物、さつま芋スティック、乳酸菌飲料	麦茶、りんごのせ豆乳ゼリー	559	17.9	16
6 土	コーンライス、チキンのトマト煮、フレンチサラダ、ジュリエヌスープ、バナナ	麦茶、ジャムパン	584	16.3	16.4
7 日					
8 月	ロールパン、鶏肉のマーマレード焼き、コーンサラダ、ほうれん草のクリーム和え、白菜スープ、バナナ	麦茶、すいとん	578	25.2	22.3
9 火	ポークカレーライス、ししゃも焼き、コールスローサラダ、金時豆煮、豆腐スープ、いよかん	麦茶、さつま芋のスティック揚げ	576	18.9	17.2
10 水	ぶどう組リクエスト(オムライス、鶏のからあげ、ポテトサラダ、ミネストローネ、イチゴ)	麦茶、五平餅	625	17.8	23.4
11 木	建国記念日				
12 金	けんちんうどん、レンコン入り松風焼き、わかめの酢の物、トマト、バナナ	麦茶、フラワーカップ	569	24.1	21.5
13 土	豚丼、コロコロサラダ、茹でブロッコリー、麩入り清汁、リンゴ	麦茶、手作りおこし	614	16.7	16.8
14 日					
15 月	ごはん、鱈のカレーソースかけ、ごぼうの金平、ほうれん草の海苔和え、大根の味噌汁、いよかん	麦茶、チーズトースト	553	24.6	16.8
16 火	麻婆丼、ちくわボート焼き、きゅうりの中華漬け、トマト、わかめスープ、イチゴ	牛乳、芋羊羹	572	20.1	17
17 水	ぶどう組リクエスト(お楽しみパン、ハンバーグ、フライドポテト、春雨サラダ、コーンポタージュ、ゼリー)	麦茶、アイスクリーム	-	-	-
18 木	ごまごはん、鯖の味噌煮、じゃが芋のたらこ和え、ブロッコリーのゴマ和え、ごぼう汁、リンゴ	牛乳、きな粉マカロニ	556	24.6	15.7
19 金	中華そば、焼きギョーザ、もやしのナムル、トマト、バナナ	麦茶、ヨーグルト、お菓子	-	-	-
20 土	わかめごはん、鮭の塩焼き、筑前煮、トマト、豆腐の清汁、リンゴ	麦茶、リッツカナッペ	527	25	13.5
21 日					
22 月	炊き込みごはん、竜田揚げ、大根サラダ、もやし中華和え、かきたま汁、いよかん	麦茶、みたらし団子	616	23.6	13
23 火	天皇誕生日				
24 水	ツナトマトソーススパゲティー、カラフルサラダ、茹でブロッコリー、さつま芋レモン煮、野菜スープ、バナナ	牛乳、二色ロール	624	22.8	19.1
25 木	ごはん、豚肉とたまねぎの生姜炒め、マカロニサラダ、トマトマリネ、三平汁、オレンジ	麦茶、ポップコーン	601	21.7	24.7
26 金	先生メニュー(人参パン、ポテトグラタン、キャベツのナポリ風炒め、トラ豆煮、春雨スープ、イチゴ)	麦茶、ココアプリン	612	21.9	24
27 土	三色ごはん、肉じゃが、トマト、たまねぎの味噌汁、リンゴ	麦茶、ホットケーキ	598	23.7	15.2
28 日					

今月の平均 3~5歳児 エネルギー575kcal たんぱく質 21.7g 脂質 18.2g 塩分 2.3g

★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

