



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
日付			1	2	3	4	
10時	<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>ひよこ・りす・うさぎ組の生活発表会をテーマにした献立を提供します</p> <p>おたのしみ~♪♪</p> </div>		クッキー	せんべい	節分ボーロ	クッキー	
昼食			・ごはん／・みそ汁(玉ねぎ)	・ごはん／・豚汁	«節分» ・菜めし／・すまし汁(豆腐) ・節分ミートローフ ・大豆とひじきの煮物／・ポンカン		・磯うどん ・ほうれん草の和え物 ・みかん
3時			・タンドリーチキン	・鮭の照焼き	・小松菜のおひたし		
		・カラフルスパサラダ	・バナナ				
		・デコボン					
3時		牛乳／フライドおさつ	牛乳／ブルーベリーケーキ	牛乳／マシュマロおこし	牛乳／せんべい		
日付	6	7	8	9	10	11	
10時	ヨーグルト	せんべい	ウエハース	クッキー	せんべい	<p>建国記念の日</p>	
昼食	・シーフードカレーライス ・豆苗のスープ ・白菜サラダ ・バナナ	<雪まつり> ・わかめうどん ・ポイルウインナー ・温野菜／・みかん	・ごはん／・白菜スープ ・鶏肉のネギみそ焼き ・海藻サラダ ・りんご	・ごはん／・中華スープ(まいたけ) ・ビーフンの炒め物 ・野菜のナムル ・オレンジ	・ごはん／・肉じゃが ・かくれんぼすまし汁 ・カリフラワーのカレー風味 ・バナナ		
3時	牛乳／きなこマカロニ	バナナパフェ	牛乳／スズメの帽子パン	牛乳／ビスケット	牛乳寒天&せんべい		
日付	13	14	15	16	17	18	
10時	バナナ	ボーロ	クッキー	せんべい	ウエハース	せんべい	
昼食	・ごはん／・寒だら汁 ・ハムフライ ・ブロッコリーときのこのサラダ ・ミニゼリー	・ごはん／・かぶのスープ ・ビーフストロガノフ ・オリビエサラダ ・ポンカン	・ごはん／・みそ汁(なめこ) ・ポークチャップ ・小松菜とちくわのおひたし ・りんご	«お誕生会» ・ビビンバ／・中華スープ(にら) ・チョコレギサラダ ・マスカットゼリー	マーボー大根丼 ・中華スープ(豆腐) ・チンゲンサイの和え物 ・バナナ	・ナポリタン ・もやしのスープ ・ブロッコリーのツナ和え ・ミニゼリー	
3時	牛乳／ミルクココア／せんべい	牛乳／バナナとココアのケーキ	牛乳／ペンネかりんとう	牛乳／ホイップクリームサンド	牛乳／黒糖蒸しパン	牛乳／ビスケット	
日付	20	21	22	23	24	25	
10時	せんべい	ゼリー	ボーロ	<p>天皇誕生日</p>	ウエハース	せんべい	
昼食	・ごはん／・みそ汁(きのこ) ・鮭の香り焼き ・春雨サラダ ・バナナ	・ごはん／・わかめスープ ・チキンピカタ ・大根とカニカマのサラダ ・いよかん	・カレーミートスパゲティ ・たまごスープ ・フレンチサラダ ・みかん		・ごはん／・みそ汁(白菜) ・魚の醤油こうじ焼き ・レンコンのごまマヨ和え ・バナナ	・中華丼 ・なめこのスープ ・もやしのナムル ・チーズ	
3時	牛乳／ふかし芋	牛乳／はらぺこあおむしパン	牛乳／カラフルおにぎり		牛乳／せんべい	牛乳／クッキー	
日付	27	28	<div style="text-align: center;"> <p>南南東</p> </div>				
10時	ウエハース	せんべい					
昼食	・ごはん／・みそ汁(かぶ) ・ぶりの照焼き ・きゅうりの和え物 ・いよかん	・ごはん／・春雨スープ ・チキンカツ ・ほうれん草のごま和え ・りんご					
3時	飲むヨーグルト／せんべい	牛乳／たこやき	※食材の都合により 献立が変わることがあります。 新メニューマークです 絵本からのおやつメニューマークです				

平均栄養価

エネルギー 483 kcal

たん白質 17.9 g

脂質 14.9 g

塩分 1.9 g

「えほん」
たこやきの
たこやきぼう

南南東



※食材の都合により
献立が変わることがあります。
新メニューマークです
絵本からのおやつメニューマークです

