

2024年

2月 献立表

まんまる保育園

		月	火	水	木 1	金 2	土 3		
食 10時 3時	食 10時 3時				ごはん 味噌汁（じゃが芋・いんげん） ひじきと豆腐の卵焼き ねばねばサラダ みかんヨーグルト	大豆ドライカレー 和風サラダ バナナ	ごはん 味噌汁（杓苺・人参） カレイの照り焼き 小松菜ごまマヨ和え オレンジ		
					牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい		
					牛乳 白石うーめん汁	牛乳 たまごボーロ・ゼリー	牛乳 ビスケット		
		5	6	7	8	9	10		
食 10時 3時	食 10時 3時				ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ） 鶏のパン粉焼 切干大根煮 オレンジ	仙台雪菜じゃこめしビビンバ風 味噌汁（豆腐・わかめ） キャベツのサラダ バナナヨーグルト	ごはん 味噌汁（かぶ・人参） タラのホイル焼き ひじきと厚揚げの炒め煮 オレンジ		
					牛乳 ビスケット	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい		
					牛乳 大学かぼちゃ	牛乳 きな粉トースト	牛乳 ビスケット		
		12	13	14	15	16	17		
食 10時 3時	食 10時 3時				ロールパン コーンスープ ハンバーグ ポテトサラダ みかん	親子丼 味噌汁（杓苺・凍り豆腐） うまっこりー ももヨーグルト	ごはん すまし汁（油揚げ・大根） さばの味噌煮 じゃが芋そぼろあんかけ バナナ		
					麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい		
					牛乳 ビスケット	牛乳 とうもろこしごはん	牛乳 ビスケット		
		19	20	21	22	23	24		
食 10時 3時	食 10時 3時				ごはん 味噌汁（さつまいも・ねぎ） 豚肉の生姜焼き ごまっこりー オレンジ		ごはん 味噌汁（大根・わかめ） 鶏肉の磯辺焼き 小松菜の煮浸し オレンジ		
					牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい		
					牛乳 マカロニきな粉	牛乳 オレンジケーキ	牛乳 ビスケット		
		26	27	28	29				
食 10時 3時	食 10時 3時				焼きそば 味噌汁（しめじ・チンゲン菜） 里芋の煮物 オレンジ			ごはん 味噌汁（じゃが芋・いんげん） たららのピカタ 小松菜とひじきのサラダ バナナ	ごはん 味噌汁（キャベツ・いんげん） たららのピカタ 小松菜とひじきのサラダ バナナ
					牛乳 ビスケット			麦茶 おせんべい	牛乳 おせんべい
					牛乳 鮭わかめごはん	牛乳 じゃが芋のおやき	麦茶 ヨーグルト・食べっこ動物		

※都合により変更になる場合があります

【今月の栄養給与量】

エネルギー (kcal)	496
たんぱく質 (g)	17.8
脂質 (g)	12.9
食塩相当量 (g)	1.3