



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	<div style="background-color: #fce4ec; padding: 10px; border-radius: 10px;"> <p style="text-align: center;">2日は「節分メニュー」です</p> <p style="text-align: center;">14日は「バレンタインメニュー」です♡</p> <p style="text-align: center;">どちらもお楽しみに！</p> </div>			1 牛乳	2 麦茶	3 麦茶
昼食				御飯、みそ汁(小松菜・豆腐)、とんかつ、切干し大根の中華和え、オレンジ	鬼の和風カレーそぼろ丼、節分汁、フルーツポンチ	ハヤシライス、オレンジ、 Yakult
午後				きな粉お麩ラスク、おやつ昆布(以上児)、牛乳	恵方巻風ツナロールサンド、牛乳	米粉スイーツ、牛乳
午前	5 牛乳	6 麦茶	7 スキムミルク	8 牛乳	9 麦茶	10 麦茶
昼食	御飯、すまし汁(えのき・しめじ)、鮭の西京焼き、ほうれん草のナムル	御飯、みそ汁(もやし・ねぎ)、タンドリーチキン、大豆入りひじきの煮物、りんご	醤油ラーメン、ポテトサラダ、みかんヨーグルト	御飯、みそ汁(高野豆腐・たまねぎ)、鶏肉の治部煮、わかめサラダ	御飯、みそ汁(かぶ・麩)、豚肉のすき焼き風煮物、マセドアンサラダ	ブルコギ丼、中華スープ、バナナ
午後	ピザトースト、牛乳	焼きそば、麦茶	チーズおかかおにぎり、麦茶	コーンフレーククッキー、牛乳	ミニたいやき、牛乳	せんべい、プリン
午前	12	13 牛乳	14 スキムミルク	15 麦茶	16 牛乳	17 麦茶
昼食	<div style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">振替休日</div>		ハートのハヤシライス、白菜としめじのスープ、マカロニサラダ、いちご	御飯(玄米)、みそ汁(もやし・生揚げ)、さばの味醂しょうゆ焼き、ひじきの炒め煮、オレンジ	ミートソーススパゲティ、野菜スープ、ぶどうゼリー	パン、ポトフ、ミートボール、ショア
午後			ミルクちゃんぽん風うどん、麦茶	ハートガトーショコラ、牛乳	ビスコ、型抜きチーズ、牛乳	プリン、ぱりんこ
午前	19 牛乳	20 スキムミルク	21 麦茶	22 牛乳	23	24 麦茶
昼食	コーン御飯、みそ汁(小松菜・えのき)、ポークケチャップ、イタリアンサラダ	五目うどん、かぼちゃサラダ、バナナ	御飯、みそ汁(さつまいも・生揚げ)、カレイのカレー風味煮物、わかめとちくわの和え物	御飯、みそ汁(舞茸・大根)、ハンバーグ、春雨サラダ	<div style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: purple;">天皇誕生日</div>	
午後	フライドポテト、牛乳	ツナ昆布おにぎり、麦茶	ビスケット、りんご、牛乳	ソファールヨーグルト、パイ(以上児)	焼きそば、わかめスープ、ゼリー	
午前	26 牛乳、牛乳	27 麦茶	28 スキムミルク	29 牛乳		
昼食	チキンカレーライス、コールスロー、ショア	御飯(押麦)、みそ汁(なめこ・ねぎ)、あじの塩こうじ焼き、もやしの中華風和え物	豚丼、白菜スープ、カラフルサラダ、バナナ	御飯(玄米)、みそ汁(豆腐・わかめ)、塩から揚げ、肉じゃが		
午後	コーンドリア、麦茶	お豆腐ドーナツ、牛乳	シュガートースト、牛乳	フルーチェ		

**今月のお誕生日リクエストメニュー**

☆星組

- さん(2日) **ポテト**、カレー、バナナ
- さん(10日) うどん、ナポリタン、**からあげ**
- さん(25日) ハンバーグ、ぎょうざ、**麺類**

※太陽組

- さん(2日) しょうゆラーメン、チャーハン、**いちご**
- さん(10日) 唐揚げ、納豆オムレツ、**ピザパン**
- さん(13日) 白いご飯、しょうゆラーメン、**うどん**
- さん(13日) **カレーライス**、メンチカツ、銀だらのみそ漬焼き

♪月組

- さん(22日) **ラーメン**、からあげ、みかん

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	438	16.9	13.9	224	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	547	20	17.3	224	1.6
	目標値	560	22	18	260	1.6

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。