

2024年2月 月間献立表

ちゅらさん保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2 節分	3
昼食				ごはん、すき焼き風煮、こまつなサラダ、すまし汁	ごはん、ブロッコリーのじゃこあえ、マーマレードチキン、節分汁、みかん	ごはん、マーボー豆腐、みそ汁(玉ねぎ、えのき)、もも
午後おやつ				豆乳、ジャムサンド	豆乳、ホットケーキ	
	5	6	7	8	9	10
昼食	ごはん、八宝菜、カムカムサラダ、ゆし豆腐	ごはん、カボチャ煮、サケの北海汁、りんご	野菜みそラーメン、ちくわ磯辺揚げ、みかん	ごはん、厚揚げと大根の煮物、納豆みそ、えのきのすまし汁	ごはん、オーロラチキン、ブロッコリーマヨサラダ、わかめスープ、バナナ	ごはん、シチュー、ソーセージ、パイナップル
午後おやつ	豆乳、塩昆布おにぎり	豆乳、ヨーグルト	豆乳、小松菜おかかおにぎり	豆乳、フレンチトースト	豆乳、さつまいも天ぷら	
	12 建国記念の日 振替休日	13	14	15	16	17
昼食		ごはん、さばのみそ焼き、切干し大根の炒め、アーサ汁	ごはん、ベジタブルカレー、大葉キャベツのごま和え、ハートコロケ	ナポリタン、グリーンサラダ、コーンスープ、バナナ	ごはん、チキンのみそマヨ焼き、きんぴらごぼう、すまし汁、りんご	もずく丼、みそ汁(キャベツ、油揚げ)、もも
午後おやつ		豆乳、ジャムサンド	豆乳、ココア蒸しパン	豆乳、しゃけおにぎり	豆乳、フルーツゼリー	
	19	20	21 お弁当会の日	22	23 天皇誕生日	24
昼食	ごはん、鮭のチーズ焼き、スパゲティサラダ、春雨スープ、みかん	パン、ラザニア、ほうれん草とキノコのカレー炒め、フルーツポンチ		ごはん、鶏肉の唐揚げ、ポテトチーズ焼き、みそ汁(こまつな・麩)		ガバオ丼、みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)、パイナップル
午後おやつ	豆乳、ラスク	豆乳、青菜おにぎり	豆乳、プリン	豆乳、おかかおにぎり		
	26	27	28 お誕生日会	29		
昼食	ごはん、松風焼き、小松菜マヨサラダ、豚汁	ごはん、赤魚の西京焼き、肉やさい炒め、えのきのすまし汁、りんご	ごはん、ハンバーグ、ポテトフライ、ミネストローネ、バナナ	沖縄そば、ブロッコリーごま和え、みかん		
午後おやつ	豆乳、コーンおにぎり	豆乳、揚げパン	豆乳、パースデーケーキ	豆乳、ヨーグルト		

3歳未満児・平均エネルギー 398.2kcal/たんぱく質 15.8g/脂質 13g/塩分 1.1g
 3歳以上児・平均エネルギー 497.7kcal/たんぱく質 19.8g/脂質 16.3g/塩分 1.4g