

# 2月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
												1	
2		3	節分	4		5		6		7		8	
		玄米ご飯(赤鬼さんライス) コールスロー かぼちゃのスープ りんご  377kcal (3-5歳) 283kcal (1-2歳)		玄米ご飯 冬野菜のクリームシチュー 海藻サラダ オレンジ  393kcal (3-5歳) 295kcal (1-2歳)		玄米ご飯(エビチャーハン) 竹輪マヨ納豆揚げ 青菜のスープ  435kcal (3-5歳) 326kcal (1-2歳)		玄米ご飯 魚のピカタ 春雨サラダ 白菜のみそ汁 バナナ 409kcal (3-5歳) 307kcal (1-2歳)		玄米ご飯(味噌照りチキン丼) ツナサラダ かぼちゃのスープ  397kcal (3-5歳) 298kcal (1-2歳)			
9		10		11		12		13		14		15	
		玄米ご飯 さんまの蒲焼き かみかみ和え 豆腐のみそ汁 りんご 411kcal (3-4歳) 308kcal (1-1歳)				玄米ご飯 魚の和風ステーキ マカロニサラダ 白菜のみそ汁 オレンジ 378kcal (3-5歳) 284kcal (1-2歳)		玄米ご飯 麻婆豆腐 青梗菜とわかめの中華和え かぶのスープ 351kcal (3-5歳) 263kcal (1-2歳)		玄米ご飯 鶏肉のごまから揚げ しゃきしゃきサラダ 青菜のスープ バナナ 404kcal (3-5歳) 303kcal (1-2歳)			
16		17		18		19		20		21		22	
		玄米ご飯(カレー風味おにぎり) スティック揚げ コールスロー りんご 385kcal (3-5歳) 289kcal (1-2歳)		玄米ご飯 冬野菜のクリームシチュー 海藻サラダ オレンジ 392kcal (3-5歳) 294kcal (1-2歳)		玄米ご飯(エビチャーハン) 竹輪マヨ納豆揚げ 青菜のスープ 435kcal (3-5歳) 326kcal (1-2歳)		玄米ご飯 魚のピカタ 春雨サラダ 白菜のみそ汁 バナナ 409kcal (3-5歳) 307kcal (1-2歳)		玄米ご飯(味噌照りチキン丼) ツナサラダ かぼちゃのスープ 298			
23		24		25		26		27		28			
		玄米ご飯 さんまの蒲焼き かみかみ和え 豆腐のみそ汁 りんご 411kcal (3-5歳) 308kcal (1-2歳)		玄米ご飯 カレーグラタン ツナサラダ 大根のみそ汁 445 334kcal (1-2歳)		玄米ご飯 魚の和風ステーキ マカロニサラダ 白菜のみそ汁 オレンジ 378kcal (3-6歳) 384kcal (1-3歳)		玄米ご飯 麻婆豆腐 青梗菜とわかめの中華和え かぶのスープ 351kcal (3-7歳) 263kcal (1-4歳)		玄米ご飯 鶏肉のごまから揚げ しゃきしゃきサラダ 青菜のスープ バナナ 404kcal (3-8歳) 303kcal (1-5歳)			

★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。