



平成 25 年 2 月 幼児食献立表



シャローム三育保育園

日	午前のおやつ	昼 食				15 時のおやつ	補食	
		献立名・材料名						
25 (月)	牛乳・クラッカー	カレーライス		大根とわかめのサラダ		りんご	麦茶	麦茶
15 (金)	牛乳・おせんべい	精白米 鶏肉 人参 ジャガ芋 玉葱		大根 わかめ ツナ		みかん	フルーツヨーグルト	焼きそば
12・26 (火)	牛乳 ビスケット	雑穀米	かじきの煮付け かじき	ブロッコリーのお浸し ブロッコリー	けんちん汁 木綿豆腐 人参 里芋 ごぼう 大根	みかん	牛乳 ピザトースト	麦茶 混ぜご飯
13 (水)	牛乳 おせんべい	麦ご飯	マーマレード焼き 鶏肉 マーマレード	粉ふき芋 じゃが芋 パセリ	卵と白菜のスープ 白菜 卵 人参	いちご	牛乳 マフィン	麦茶
27 (水)		ロールパン	チーズハンバーグ 挽肉 玉葱 卵 パン粉 チーズ 人参	南瓜のころころサラダ 南瓜 胡瓜	きのこのスープ しめじ えのき 玉葱		牛乳 お誕生日ケーキ	チャーハン
14・28 (木)	牛乳 クラッカー	雑穀米	高野豆腐の玉子とじ 高野豆腐 卵 人参 玉葱 しめじ	小松菜と竹輪の和え物 小松菜 竹輪	もやし味噌汁 もやし 厚揚げ	りんご	牛乳 黒ごまクッキー	麦茶 おにぎり
1 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	鬼ライス	金棒揚げ リンケッツ 卵 小麦粉 パン粉	大豆の煮物 大豆 人参 ごぼう こんにゃく いんげん	鰯のつみれ汁 鰯のすり身 卵 長葱	みかん	麦茶 太巻き	麦茶 ツマトースト
2・16 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯	鶏肉のくわ焼き 鶏肉 片栗粉	キャベツの胡麻和え キャベツ 人参	大根の味噌汁 大根 わかめ	バナナ	牛乳 スナックパン	
4・18 (月)	牛乳 クラッカー	麦ご飯	照り焼き 鶏肉	卵の花 おから 人参 長葱 いんげん	さつま芋の味噌汁 さつま芋 玉葱	りんご	牛乳 パウンドケーキ	麦茶 カドイッチ
5・19 (火)	牛乳 ビスケット	雑穀米	鮭のマヨネーズ焼き 鮭 玉葱 マヨネーズ	野菜添え ブロッコリー ミニトマト	キャベツのスープ キャベツ 人参	みかん	牛乳 シュガートースト	麦茶 混ぜご飯
6・20 (水)	牛乳 おせんべい	きつねうどん	ゆでうどん 油揚げ 人参 玉葱 小松菜	磯部揚げ カレイ 小麦粉 青海苔		バナナ	牛乳 満腹パン	麦茶 ピラフ
7・21 (木)	牛乳 クラッカー	麦ご飯	ジャーマンオムレツ 卵 ジャガ芋 玉葱 大豆のハム	カリフラワーサラダ カリフラワー 胡瓜	かぶのスープ かぶ 人参	りんご	牛乳 ふかし芋	麦茶 おにぎり
8 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	ロールパン	鶏肉のシチュー		ごぼうサラダ ごぼう コーン 胡瓜	みかん	麦茶・煮干し わかめのおにぎり	麦茶 焼きうどん
22 (金)		食パン	鶏もも肉 玉葱 人参 ジャガ芋					
9・23 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯	鯖の塩焼き 鯖	じゃが芋とさつま揚げの煮物 じゃが芋 さつま揚げ 人参	ほうれん草の味噌汁 ほうれん草 人参	バナナ	牛乳 ミバームハン	

◎ 3歳以上児 エネルギー532kcal たんぱく質 20.0g 脂質 14.9g カルシウム 240mg ビタミンA 180μg ビタミンC 18mg 食塩 2g

*仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

