



献立表



2024/02月分

家庭保育園なかよし

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	
1	木	ビスケット,麦茶	御飯,鶏肉のマーマレード焼き,凍り豆腐の煮物,みそ汁,りんご	餃子の皮のピザ,牛乳	
2	金	おせんべい,麦茶	おにごはん,おさかなハンバーグ,ツナ入りマッシュポテト,みそ汁,バナナ	玄米フレークスナック,牛乳	
5	月	ビスケット,麦茶	カレーライス,キャベツのコーン煮,みそ汁,バナナ	どらやき,牛乳	
6	火	おせんべい,麦茶	御飯,鮭の塩焼き,筑前煮,なめこ汁,りんご	フライドポテト,牛乳	
7	水	ビスケット,麦茶	御飯,シュウマイ,ほうれん草のナムル,みそ汁,みかん	マカロニきな粉,牛乳	
8	木	おせんべい,麦茶	御飯,たらのケチャップ和え,ブロッコリーのおかか煮,みそ汁,バナナ	チヂミ,牛乳,	
9	金	ビスケット,麦茶	御飯,マーボー豆腐,さつまいも煮,みそ汁,みかん	五平もち(みたらし),牛乳	
12	月	振替休日			
13	火	おせんべい,麦茶	納豆御飯,まぐろの揚げおろし煮,ひじきの煮物,みそ汁,りんご	チーズケーキ,牛乳	
14	水	ビスケット,麦茶	カレーうどん,マッシュポテト,麦茶,バナナ(クッキング)	クッキー(クッキング),牛乳	
15	木	おせんべい,麦茶	お弁当の日	ビスケット,ぶどうゼリー,牛乳	
16	金	ビスケット,麦茶	ロールパン,ハンバーグ,クリームシチュー,みかん	五平もち(みそ),牛乳	
19	月	おせんべい,麦茶	みそラーメン,大根とかぶのそぼろ煮,麦茶,バナナ	じゃこおかかおにぎり,牛乳	
20	火	ビスケット,麦茶	御飯,鶏のから揚げ,マカロニのケチャップ炒め,豚汁,りんご	かぼちゃとレーズンのきな粉和え,牛乳	
21	水	おせんべい,麦茶	御飯,肉豆腐,さつまいものチーズ焼き,みそ汁,りみかん	ホットケーキ,牛乳	
22	木	ビスケット,麦茶	御飯,鮭の甘みそ焼き,小松菜の納豆和え,みそ汁,バナナ	豆腐揚げボール,牛乳	
23	金	天皇誕生日			
26	月	おせんべい,麦茶	カレーライス,白菜と油揚げの煮浸し,わかめスープ,バナナ	スイートポテト,牛乳	
27	火	ビスケット,麦茶	御飯,炒り豆腐,かぼちゃのチーズ焼き,みそ汁,みかん	ブルーベリージャムサンド,牛乳	
28	水	おせんべい,麦茶	御飯,赤魚の煮付け,切り干し大根の煮物,なめこ汁,りんご	牛しぐれおにぎり,牛乳	
29	木	ビスケット,麦茶	御飯,ポークビーンズ,小松菜のツナごま和え,みそ汁,バナナ	きなこドーナツ,牛乳	

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才未満児	421	16.2	12.9	171	1.8	160	0.27	0.29	23	4.6	1.5
目標量	464	18.6	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	91	87	100	80	77	85	107	102	114	139	100

*食材の納品によりメニューを一部変更する場合があります。