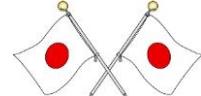


## 2月分の献立表

## バオバブ保育園

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
午前					1	麦茶、味しらべ		2	牛乳、クラッカー		3	牛乳、ウエハース	
昼食					ごはん みそ汁 ホキのみそ漬け焼き 人参の胡麻あえ		ごはん みそ汁 鶏肉のハーベキューソース きゅうりとツナの酢の物		ごはん すまし汁 豚肉のしょうが焼き ほうれん草とえのきのお浸し		ごはん 中華スープ 肉団子の甘酢あん キャベツの胡麻マヨネーズあえ		
午後					牛乳、フルーツポンチ		牛乳、ふラスク		牛乳、ドーナツ		牛乳、パウムクーヘン		
栄養価					411(370)kcal 17(11.4)g 7.3(8.1)g		512(451)kcal 19.1(16.3)g 20.4(17.9)g		510(484)kcal 18.4(17.3)g 19.5(19.3)g		614(495)kcal 19.1(14.4)g 26.8(21.3)g		
午前	6	牛乳、ビスケット	7	牛乳、ビスコ	8	麦茶、チーズキッス		9	牛乳、クラッカー		10	牛乳、ウエハース	
昼食	ごはん みそ汁 鶏肉のごまみそ焼き パプリカ野菜炒め		ごはん 中華スープ 鶏のからあげ マカロニサラダ		ごはん みそ汁 さわらの照り焼き 切干し大根の炒り煮		ごはん みそ汁 豆腐のそぼろあんかけ 小松菜のおかかあえ		食パン ボークシチュー コールスローサラダ オレシジ				
午後	麦茶、塩昆布おにぎり		牛乳、バナナ チーズキッス(以上児のみ)		牛乳、あんパン		麦茶、おやつピピンバ		牛乳、ソフトビスケット				
栄養価	469(404)kcal 16.9(14)g 8.3(8.7)g		605(505)kcal 24.7(20)g 24.3(19.4)g		539(418)kcal 22.2(16.5)g 17.3(14.2)g		465(422)kcal 15.5(14.8)g 8.6(10.2)g		586(529)kcal 18.1(16.7)g 21.2(20.6)g				
午前	13	牛乳、ビスコ	14	牛乳、ビスケット	15	牛乳、ウエハース		16	麦茶、ほしたべよ		17	牛乳、クラッカー	
昼食	ごはん みそ汁 鶏肉の炒め物 はるさめサラダ		ごはん みそ汁 ぶりのしょうゆ焼き 切干し大根のサラダ		ごはん みそ汁 大根と豚肉の煮物 納豆あえ		ごはん みそ汁 しらす入り卵焼き きんぴらごぼう		ごはん わかめスープ 豚肉と野菜のカレー炒め 大根サラダ		ごはん みそ汁 ポテトコロッケ ほうれん草の梅あえ		
午後	牛乳、スペインポーロ		牛乳、ジャムぱん		牛乳、もちもちチーズぱん		牛乳、コーンマフィン		麦茶、もやしとちりめんのチヂミ		牛乳、パウムクーヘン		
栄養価	565(514)kcal 18.7(17.8)g 20.6(20)g		539(469)kcal 18.2(17)g 19.7(18.2)g		487(478)kcal 20.1(18.7)g 13.9(15.7)g		625(528)kcal 20.2(16)g 23(19.7)g		411(392)kcal 17.5(16.6)g 7.8(9.7)g		429(434)kcal 11.9(12.8)g 13.3(15.6)g		
午前	20	牛乳、ウエハース	21	麦茶、チーズキッス	22	牛乳、ビスケット		23	牛乳、クラッカー		24	牛乳、ウエハース	
昼食	ごはん みそ汁 鶏肉の照り焼き 昆布の煮物		ごはん キャベツのスープ 鶏つくねのあんかけ 白菜ののりあえ		ごはん 豆腐みそ汁 さわらの蒸しみそ焼き キャベツの昆布あえ		ごはん 麩のすまし汁 豆腐の野菜そぼろかけ 白菜とほうれん草の和風あえ		ごはん みそ汁 チキンかつ 玉ねぎのドレッシングサラダ		ごはん 中華スープ 豚肉と玉ねぎのカレー炒め さつまいもの甘煮		
午後	牛乳、バターリッチ		牛乳、野菜蒸しぱん		牛乳、源氏パイ		牛乳、ツナトースト		牛乳、オレンジゼリー		牛乳、ビスコ		
栄養価	557(523)kcal 21.4(18)g 19(19.5)g		548(446)kcal 20.8(17.2)g 15.2(13.3)g		551(426)kcal 22.6(17.4)g 19.6(15.2)g		548(492)kcal 23.9(21.3)g 18.2(17.4)g		569(507)kcal 20.5(17.3)g 17.8(16.2)g		480(550)kcal 15.8(16.7)g 14.5(20.8)g		
午前	27	牛乳、クラッカー	28	牛乳、ビスケット	午前おやつ		<p>★食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更があった際には追って連絡いたします。</p>						
昼食	ごはん たまごスープ タンドリーチキン ビーフンのソテー		ごはん みそ汁 ひじき団子のあんかけ ほうれん草とツナのあえ物		午後おやつ								
午後	麦茶、オレンジ チーズキッス(以上児のみ)		牛乳、クロワッサン										
栄養価	391(392)kcal 18.6(13.3)g 9.5(7.8)g		574(459)kcal 20.8(16.6)g 22.9(18.2)g		★エネルギー ★たんぱく質 *()は未満児 ★脂質								