

2月 献立表

(株)愛児舎アンファンシエリ

日付	曜日	献立名	材 料	おやつ	
26	月	御飯 みそ汁 鶏から揚げ風 大根サラダ	七分つき米 焼ふ、こまつな、 鶏もも肉、しょうが、にんにく、 だいこん、きゅうり、ごま	フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、みかん缶、いちご	
13	27	火	パン・食パン はるさめスープ(チンゲン菜) ハンバーグ 人参の甘煮	食パン はるさめ、チンゲンサイ、えのきたけ、 豚ひき肉、牛ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳 にんじん	牛乳130 牛乳 鮭わかめ御飯 米、わかめ、さけ
14	28	水	御飯 すまし汁(麩、わかめ) 鯖の味噌煮 ほうれん草もやしの納豆和え	七分つき米 わかめ、焼ふ、 さば、 ほうれんそう、挽きわり納豆、	牛乳130 牛乳 ココアケーキ 小麦粉、牛乳、卵、ココア
15	1	木	ごはん 豆腐みそ汁(青菜) 筑前煮 果物	七分つき米 木綿豆腐、トウモロコシ 鶏もも肉、にんじん、たけのこ、こんにゃく、だいこん、さといも、いんげん バナナ	牛乳130 牛乳 フレンチトースト 食パン、卵、牛乳
16	2	金	御飯 豆腐みそ汁(なめこ) いわしのかば焼き 白菜のドレッシングあえ	七分つき米 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、 いわし、(鮭) はくさい、にんじん、	鬼っ子ごはん/じゃがバター 米、秘伝豆/じゃが芋 バター 牛乳130(お茶) 牛乳
17	3	土	ミートスパゲティ 玉ねぎとセロリのスープ 果物	スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん たまねぎ、セロリ、 いよかん、/バナナ	牛乳130 牛乳 菓子等 揚げせんべい、ビスケット
19	5	月	御飯(7分つき) わかめスープ 鶏肉のごまみそ焼 白菜と油揚げのお浸し	七分つき米 カットわかめ、ねぎ、ごま 鶏もも肉、ごま、 はくさい、にんじん、油揚げ	牛乳130 牛乳(お茶) おはぎ 米、もち米、きな粉、
20	6	火	御飯(7分つき) みそ汁(かぶ・あげ) 鱈ホイル焼きA ブロッコリーサラダ	七分つき米 かぶ、油揚げ、かぶ菜 たら、えのき、粉チーズ、赤ピーマン ブロッコリー、にんじん、	牛乳130 牛乳 ラスク 食パン、バター、コンデンスミルク
21	7	水	ごはん みそ汁 肉じゃが 小松菜のサラダ	七分つき米 木綿豆腐、わかめ、ねぎ、 牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、いんげん、 こまつな、ツナ缶、もやし、ごま	牛乳130 牛乳 甘食もどき 小麦粉、バター、卵、コンデンスミルク
22	8	木	親子丼 すまし汁(小松菜えのき) きゅうりのゆかり和え	米、鶏もも肉、たまねぎ、ねぎ、卵、焼きのり 焼ふ、こまつな、えのきたけ、木綿豆腐 きゅうり、しそふりかけ	牛乳130 牛乳 すいとん汁 小麦粉、さつまいも、はくさい、油揚げ、ねぎ、
23	9	金	パンズパン 鮭のクリームシチュー キャベツとコーンのサラダ	バーガーパン 鮭 ほうれん草 玉葱 人参 牛乳 、キャベツ、コーン缶	じゃごごはん 米、しらす干し、ごま、のり 牛乳130 牛乳
24	10	土	鶏照り丼 みそ汁(玉ねぎ) 果物	米、鶏もも肉(皮付き)、コーン缶、ほうれんそう、焼きのり たまねぎ、油揚げ、わかめ、 バナナ、いよかん	牛乳130 牛乳 菓子等 揚げせんべい、ビスケット

* 都合により献立が変更になる場合がありますがご了承ください。

月間平均栄養摂取量

幼児 エネルギー584kcal タンパク質 22.6g 脂肪17.7g

乳児 エネルギー497kcal タンパク質17.9g 脂肪15.2g