2022年

2月のこんだて

【新庄保育園】

日付	曜日	朝間食	昼食	主な材料と体内での働き 主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	昼間食	【乳児栄養価】 エネルギー たんぱく質	【幼児栄養価】 エネルギー たんぱく質
1	火	牛乳 アスパラガス ●完了　小魚せんべい	ごはん 鯵の照り焼き キャベツのポン酢和え 味噌汁 バナナ	米	アジ	キャベツ　人参 玉葱　わかめ バナナ	牛乳 マカロニあべかわ	407 kcal 20.1 g	482 kcal 24.2 g
2	水	牛乳 カルシウムせんべい	ごはん 高野の炒め煮 さつまいもの甘辛焼き パイナップル	米 キャノーラ油 さつまいも　ごま油	高野豆腐　さつま揚げ	玉葱　人参　干しいたけ　インゲン パイナップル	牛乳 ごまケーキ	575 kcal 18.0 g	648 kcal 22.4 g
3	木	牛乳 星たべよ	◆節分◆ 乳児：ばら寿司 幼児：巻き寿司 いわしの天ぷら 春菊の昆布和え　りんご	米 キャノーラ油	魚肉ソーセージ 玉子焼き いわし天ぷら	きゅうり　のり 春菊　人参　塩昆布　りんご	牛乳 乳児：節分ボーロ 幼児：節分ボーロ どうぶつゼリー	402 kcal 14.4 g	490 kcal 18.6 g
4	金	牛乳 えび満月 ●完了　マンナビスケット	ごはん 豚肉の生姜焼き 金平れんこん オレンジ	米 キャノーラ油	豚肉	れんこん　人参　ピーマン オレンジ	牛乳 ココアスコーン	499 kcal 17.3 g	582 kcal 21.5 g
5	土	牛乳 ぽたぽた焼き ●完了　かぼちゃクッキー	鶏しぐれ丼 りんご	米	鶏モモ	玉葱　人参　キヌサヤ りんご	牛乳 せんべい ●完了　ほうれん草と小松菜せんべい	381 kcal 14.1 g	442 kcal 17.6 g
7	月	牛乳 ビスケット	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 春雨の中華サラダ コンソメスープ オレンジ	米 春雨　ごま油	豚肉	人参　コーン 玉葱　ドライパセリ オレンジ	牛乳 パウンドケーキ	509 kcal 17.5 g	598 kcal 21.6 g
8	火	牛乳 白い風船	ごはん 鶏肉のみぞれ煮 ほうれん草の磯和え りんご	米	鶏モモ	大根おろし　グリーンピース ほうれん草　人参　きざみのり りんご	牛乳 ごまいりこ 麩のラスク ●完了　いりこ×ラスク増量	440 kcal 19.1 g	530 kcal 25.8 g
9	水	牛乳 マンナウエハース	ごはん ハヤシライス ポテトサラダ バナナ	米 ハヤシルー　キャノーラ油 ポテト　エッグケアマヨ	豚小間	玉葱　人参 きゅうり バナナ	★食育★ 牛乳 ココアクッキー	623 kcal 15.1 g	793 kcal 18.8 g
10	木	牛乳 ミニサラダ醤油 ●完了　ほうれん草と小松菜せんべい	ごはん カレイのしそ揚げ ブロッコリーのおかか和え パイナップル	米 キャノーラ油	カレイ かつおぶし	ゆかり ブロッコリー　人参 パイナップル	牛乳 グレープゼリー	435 kcal 18.5 g	490 kcal 21.2 g
11	金	＊建国記念の日＊							
12	土	牛乳 ビスケット	スパゲティナポリタン オレンジ	スパゲティ　キャノーラ油	荒挽きウインナー	玉葱　人参　ピーマン オレンジ	牛乳 マンナビスケット	384 kcal 13.4 g	445 kcal 16.3 g
14	月	牛乳 せんべい ●完了　マンナボーロ	ごはん メンチカツ ひじきの酢の物 りんご	米 キャノーラ油	メンチカツ	ひじき　人参　コーン りんご	牛乳 マーブルケーキ	436 kcal 12.2 g	584 kcal 16.7 g
15	火	牛乳 クラッカー	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き にんじんサラダ スープ パイナップル	米 マーマレード エッグケアマヨ	鶏モモ	人参　ブロッコリー 大根　わかめ パイナップル	牛乳 焼ポテト(しお)	462 kcal 16.9 g	534 kcal 20.1 g
16	水	牛乳 ソフトせんべい	きつねうどん 焼きかぼちゃ オレンジ	うどん キャノーラ油	きざみあげ	玉葱　人参　青葱 南瓜 オレンジ	※お茶 菜飯むすび	454 kcal 13.6 g	450 kcal 15.2 g
17	木	牛乳 アスパラガス ●完了　小魚せんべい	ごはん 豚肉のソース炒め 白菜の煮びたし バナナ	米	豚肉 ちくわ	玉葱 白菜　人参 バナナ	牛乳 クッキー	560 kcal 17.8 g	702 kcal 23.2 g
18	金	牛乳 カルシウムせんべい	ごはん 鰆の甘辛煮 青梗菜のツナ和え りんご	米	さわら シーチキン	ちんげん菜　人参 りんご	牛乳 豆乳くずもち	491 kcal 20.4 g	516 kcal 25.4 g
19	土	牛乳 星たべよ	麻婆豆腐丼 グレープフルーツ	米　キャノーラ油	木綿豆腐　豚小間　大豆たんぱく	玉葱　人参 グレープフルーツ	牛乳 ビスケット	503 kcal 19.9 g	620 kcal 25.3 g
21	月	牛乳 えび満月 ●完了　マンナビスケット	ごはん 豚肉の蒲焼風 切干し大根のナムル オレンジ	米 ごま油	豚肉	切干大根　人参 オレンジ	牛乳 アップルケーキ	480 kcal 17.2 g	554 kcal 21.2 g
22	火	牛乳 ぽたぽた焼き ●完了　かぼちゃクッキー	ごはん 鯖の梅煮 花野菜の和え物 バナナ	米	さば	ねり梅 カリフラワー　ブロッコリー バナナ	牛乳 きなこクリームクラッカー	501 kcal 18.4 g	630 kcal 23.2 g
23	水	＊天皇誕生日＊							
24	木	牛乳 白い風船	ごはん 蒸し鶏 小松菜のさっと煮 味噌汁 パイナップル	米 白ごま	鶏ムネ きざみあげ	小松菜　人参 玉葱 パイナップル	牛乳 オレンジゼリー	437 kcal 19.1 g	496 kcal 22.9 g
25	金	牛乳 マンナウエハース	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ りんご	米 マカロニ　エッグケアマヨ	ハンバーグ	きゅうり　人参 りんご	牛乳 ココアトースト	479 kcal 14.8 g	602 kcal 18.7 g
26	土	牛乳 ミニサラダ醤油 ●完了　鉄入りビスケット	野菜ラーメン オレンジ	ラーメン　キャノーラ油	豚小間	キャベツ　玉葱　人参　キヌサヤ オレンジ	牛乳 ビスコ	418 kcal 17.0 g	519 kcal 21.0 g
28	月	牛乳 ビスケット	ごはん 豚肉のカレー風味焼き ひじきの炒め煮 りんご	米 キャノーラ油	豚肉 きざみあげ	ひじき　人参　グリーンピース りんご	牛乳 豆乳スコーン	538 kcal 18.2 g	623 kcal 22.7 g

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。
※完了期食は揚げ物・昼食で提供するフルーツの缶詰・いりこそのものは使用しません。
●は完了期代替え食です。
◆3日は節分メニューを提供します。

ウオクニ株式会社