




2月よていこんだて表




吉備中央町

午前	<p>2月、3月は年長さんからのリクエスト献立です！ 卒園する年長さんからのリクエストメニューを入れました。 献立の★は、年長さんからのリクエストメニューです。</p> 					1(土)
昼食						せんべい
午後						牛乳、ミニパン

《 1日平均栄養量 》

	3歳未満児		3歳以上児
I値*	487	I値*	593
たんぱく質(g)	20.6	たんぱく質(g)	25.6
脂質(g)	14	脂質(g)	17
加鈣量(mg)	228	加鈣量(mg)	281
食塩相当量(g)	1.5	食塩相当量(g)	1.8



	3(月) お誕生日会	4(火)	5(水) なかよし献立	6(木) なかよし献立	7(金)	8(土)
午前	えびせん	ポーロ	クラッカー	ウエハース	せんべい	せんべい
昼食	鬼ライス ★鶏の焼きから揚げ 野菜スティック わかめスープ ★いちご	★カレーライス ★バリバリサラダ オレンジ	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草とツナの和え物 すまし汁 バナナ	ごはん 鶏肉のママレード焼き ブロッコリーとじゃこのゆかり和え ★ミネストローネスープ パイナップル	★かつ丼 かみかみサラダ ★あさりのみそ汁 オレンジ	サンドイッチ 牛乳 バナナ
午後	牛乳、福ポーロ	牛乳、サブレ	牛乳、★ミニホットドッグ	牛乳、チーズ、えびせん	牛乳、ババロアいちご	牛乳、クッキー
	10(月) なかよし献立	11(火)	12(水)	13(木)	14(金) なかよし献立	15(土)
午前	ポーロ		せんべい	クッキー	ウエハース	せんべい
昼食	ごはん 肉じゃが ★キャベツとハムのサラダ 豆腐のみそ汁 りんご(3上) バナナ(3末)	建国記念日	★ハンバーガー ★フライドポテト 野菜スープ オレンジ	麦ごはん 野菜炒め 厚焼き卵 カレースープ みかん缶	ごはん 手作りふりかけ 焼きししゃも 小松菜とえのきの納豆和え みそ汁 バナナ	きつねうどん バナナ
午後	牛乳、あんぱん		牛乳、★ゆかりおにぎり	牛乳、★肉まん	牛乳、★ココア蒸しパン	牛乳、ドーナツ
	17(月) なかよし献立	18(火) なかよし献立	19(水)	20(木)	21(金) なかよし献立	22(土)
午前	クラッカー	ポーロ	せんべい	クラッカー	ビスケット	せんべい
昼食	麦ごはん 豚肉のピカタ ★ごぼうサラダ ★ころころコンソメスープ バナナ	ごはん 鶏肉の照り焼き 白和え みそ汁 オレンジ	麦ごはん ★鮭のパン粉焼き 人参しりしり 冬野菜のシチュー バナナ	納豆麻婆豆腐丼 ★ブロッコリーサラダ 押麦のスープ パイン缶	ごはん 鶏肉のカレー焼き 切干し大根サラダ 豆乳汁 バナナ	サンドイッチ 牛乳 バナナ
午後	牛乳、★ジャムサンド	牛乳、★バナナカップケーキ	牛乳、プリン	牛乳、せんべい	牛乳、★スイートポテト	牛乳、クッキー
	24(月)	25(火) なかよし献立	26(水)	27(木) なかよし献立	28(金)	
午前		シガーフライ	えびせん	クッキー	せんべい	
昼食	振替休日	ごはん 焼き肉団子の酢豚風 小松菜ともやしのあえ物 なめこ汁 オレンジ	コッペパン ★マカロニグラタン ゆでブロッコリー 野菜スープ バナナ	ごはん さごしのねぎソース ひじきの煮物 豆腐のすまし汁 パイン缶	麦ごはん 筑前煮 白菜とりんごのサラダ 切り干し大根みそ汁 バナナ	
午後		牛乳、★ピザトースト	牛乳、★いなり寿司(鮭・コーン)	牛乳、★ウインナーカップケーキ	牛乳、さつま芋のおしるこ	