



2023 年 2 月

献立予定表

りんどう幼稚園

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--|--|---|---|--|-----------------------|
| | | | 1 | 2 | 3 節分豆まき | 4 |
| | | | ごはん 鯖の竜田揚げ ツナ大根煮 春雨みそ汁 くだもの | キムタクごはん じゃがはんぺん焼 ガリバタキャベツ ニラ玉スープ | ほうとうきしめん いわしがんもどき 浅漬け 節分カップケーキ | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | ルーロー飯 (煮卵・青菜) チョレギサラダ もやしスープ 月に1回 チョコバナナいちご | チーズフォカッチャ 鶏のくん製 カルボナーラサラダ 大根ポタージュ ヤクルト | ごはん 肉団子筑前煮 焼きししゃも 切り干しお味噌汁 プリン | ピラフ ロールキャベツ カレー風味 ポテトサラダ コーンスープ くだもの | 台湾ラーメン わかめきゅうり ささみの酢醤油揚げ クリームチーズ フルーツ和え | 建 国 記 念 日 |
| 12 | 13 | 14 総練習 | 15 総練習 | 16 おゆうぎ会 | 17 おゆうぎ会 ひよこ組リクエスト | 18 |
| | 鶏飯 リクエスト 竹輪のカレー揚げ やみつききゃべつ ヨーグルト | チョコクリームサンド チキンピカタ 温野菜サラダ コンソメスープ ココア | カレーライス あじフライ グリーンサラダ アイスフルーツポンチ | わかめごはん 厚揚げの肉巻き 青菜の卵和え おでん汁 豆腐チーズケーキ | ナポリタン スパゲッティ ジャーマンポテト パリパリサラダ わかめスープ バナナチョコクレープ | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 天皇誕生日 | 24 | 25 |
| | ごはん 白菜ばら肉とろみ煮 根菜チップス お焦げのスープ アップルパイ | きな粉揚げパン 油揚げラザニア フレンチサラダ たまごスープ 牛乳 | ちらし寿司 チキンチキンごぼう キャベツと 春雨の炒め煮 おふのおつゆ | 天皇誕生日 23 | サンマーメン 揚げ餃子 塩昆布キャベツ カルピスゼリー | |
| 26 | 27 | 28 | | | | |
| | ソースカツ丼 (千切りきゃべつ) わかめ春雨サラダ きのこの赤だし汁 アイスパイン | 大好きな帽子パン ウィンナー ブロッコリーオイマヨ 和風キノコスパゲ ティ パプリカスープ 牛乳 | | | | |

寒い日々が続く中、おゆうぎ会の練習に一生懸命励む子供たちです。

きっと お父さんお母さんに観てもらいたい一心で頑張っているのしょうね!可愛いですね。

頑張る子供たちにデザートを多くしました🍡おゆうぎ会までの2週間毎日出ます。応援しています。

ご家庭の皆様もお体に気を付けてお過ごしください。

| 2 月 平均値 | | |
|---------|--------|------|
| 項目 | 数量 | 単位 |
| エネルギー | 513.51 | kcal |
| たんぱく質 | 23.01 | g |
| 脂 質 | 16.18 | g |
| 鉄 分 | 1.38 | mg |
| ビタミンA | 184.84 | mg |
| ビタミンB1 | 0.29 | mg |
| ビタミンB2 | 0.29 | mg |
| ビタミンC | 18.11 | mg |
| 食物繊維 | 3.63 | g |
| 食塩相当量 | 1.91 | g |

3歳未満児は70%の値です