



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