



令和5年2月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火	水	木	金	土			
凡例	給食献立		1	2	3	4			
午前 おやつ (乳児)			牛乳 ウエハース	牛乳 オレンジ	牛乳 オレンジ	牛乳 小魚	お茶		
午後 おやつ			赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類	牛乳 揚げ大豆	牛乳 レモンケーキ	牛乳 梅ゼリー	親子丼 りんご		
6	ごはん 鶏と大根の照り煮 胡麻和えサラダ★ じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	7	8	9	10	11			
牛乳 オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 バナナ	牛乳 かぼちゃ スティック	牛乳 小魚	牛乳 小魚				
牛乳 カレー チャーハン	牛乳 カルシウム トースト★	牛乳 大学かぼちゃ	牛乳 ポテトチップス	牛乳 ヨーグルト	牛乳 クッキー				
13	ごはん かれないの煮付け 卵添え 切干大根のサラダ 豚汁	14	15	16	17	18			
牛乳 りんご	牛乳 小魚	牛乳 コーン フレーク	牛乳 焼き芋	牛乳 オレンジ	牛乳 チーズ	お茶			
牛乳 チヂミ	牛乳 ドライフルーツ	牛乳 焼き芋	牛乳 フルーツ ヨーグルト	牛乳 フルーツ ヨーグルト	牛乳 お麩ラスク	お茶 市販菓子			
20	21	22	23	24	25				
牛乳 ヨーグルト	牛乳 マンナ ビスケット	牛乳 りんご	牛乳 りんご	牛乳 さつまいも スティック	牛乳 さつまいも スティック	お茶			
牛乳 ライスピザ	牛乳 水ようかん	牛乳 焼きそば	牛乳 焼きそば	牛乳 クッキー	牛乳 チーズ	お茶 市販菓子			
27	28	※ 2月の魚は「赤魚、さば、メルルーサ、かれない、さわら、鮭、たら」を予定していますが、仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。 ※ ()内の食品は、おやつで使用する食品です。 ※ 完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除去しています。また、揚げ物は焼き物に変更します。							
牛乳 小魚	牛乳 バナナチップス								
牛乳 おあげきなこ	牛乳 ポパイケーキ★								
牛乳	牛乳								
献立種類		乳児				幼児			
栄養素		エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物
平均栄養価		426 kcal	19.0 g	14.1 g	61.5g	530 kcal	20.4 g	16.1 g	80.5 g
目標栄養価		465 kcal	19.0 g	16.0 g	66.0 g	520 kcal	20.0 g	18.0 g	75.0 g