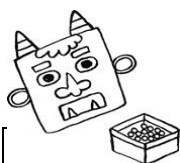


給食予定献立表(以上児)

(令和5年度 2月分)



日		昼食	3時のおやつ	栄養価				
				エネルギー	蛋白質	脂質	食物繊維	塩分
1	木	ポケモングループリクエスト献立 パン、シチュー、サラダ、苺	芋けんぴ、ぼたぼた焼き (ミルク)	623kcal	23.2g	22.3g	10.2g	2.3g
2	金	鬼ご飯、鶏の生姜煮、きゅうり、ウインナー、すまし汁、苺	鬼まんじゅう (お茶)	539kcal	21.6g	17.1g	3.3g	1.9g
3	土	うどん、果物	ゼリー、煎餅、ジュース	296kcal	6.2g	3.6g	3.1g	1.2g
5	月	ご飯、魚の味噌煮、れんこんのごまマヨサラダ、すまし汁、バナナ	きな粉餅 (ミルク)	564kcal	24.4g	9.8g	3.4g	1.6g
6	火	ご飯、肉じゃが、切り干し大根のサラダ、味噌汁	五平餅、するめ (お茶)	379kcal	13.6g	10.5g	6.8g	1.5g
7	水	ご飯、五目大豆、ツナと大根のサラダ、すまし汁	ポパイ蒸しパン (ミルク)	56kcal	24.6g	14.8g	4.6g	1.5g
8	木	ぺこぺこごはんグループリクエスト献立 ご飯、麻婆豆腐、ナムル、中華スープ(もやし、わかめ)	スバゲティナポリタン、リッツ (ミルク)	570kcal	25.9g	16.5g	6.3g	2.3g
9	金	ご飯、レバーの揚げ煮、ドレッシングサラダ、スープ	いよかん、苺、キウイ (ミルク)	480kcal	18.5g	13.4g	3.6g	1.6g
10	土	ピラフ、スープ、果物	ゼリー、煎餅、ジュース	368kcal	8.3g	5.1g	1.8g	0.7g
13	火	ご飯、太刀魚のカレー揚げ、甘酢和え、すまし汁	南瓜蒸しパン (ミルク)	591kcal	21.9g	20.5g	3.4g	1.0g
14	水	お弁当の日	クッキーを作ろう (ミルク)	191kcal	6.2g	8.5g	0.0g	0.4g
15	木	ご飯、炒り豆腐、青菜のしらす和え、すまし汁	お釈迦様のはなくそ(花供御) (ミルク)	439kcal	21.7g	8.2g	4.7g	2.0g
16	金	みかんグループリクエスト献立 うどん、鮭のハーブフライ、ひじきサラダ	ぶちっとシュークリーム、苺 (ミルク)	416kcal	22.8g	15.9g	4.9g	1.8g
17	土	うどん、果物	ゼリー、煎餅、ジュース	296kcal	6.2g	3.6g	3.1g	1.2g
19	月	ご飯、焼き魚、菜の花和え、すまし汁、沢庵	和菓子、はっさく (お茶)	374kcal	16.1g	3.1g	4.5g	1.5g
20	火	ご飯、チキンカツ、バンサンスー、味噌汁	スイートポテト (ミルク)	559kcal	21.6g	14.6g	2.5g	1.6g
21	水	ご飯、つみれ汁、ひじき煮、バナナ	シンデレラグラタン (ミルク)	507kcal	22.4g	14.1g	8.0g	1.9g
22	木	にんじんくんグループリクエスト献立 ご飯、ハンバーグ、青菜のコーン和え、さつま汁、納豆	フルーチェ苺とキウイ添え (ミルク)	580kcal	26.7g	18.9g	5.5g	2.3g
24	土	ピラフ、スープ、果物	ゼリー、煎餅、ジュース	368kcal	8.3g	5.1g	1.8g	0.7g
26	月	ごはん、魚のいそべ揚げ、キャベツの中華風サラダ、味噌汁	ラッキーポタージュ、リッツ (ミルク)	508kcal	20.8g	16.5g	3.3g	1.9g
27	火	カレーうどん、ブロッコリーのしらす和え、バナナ	切干大根のおにぎり、煮干し (お茶)	408kcal	18.5g	9.7g	6.1g	2.3g
28	水	パン、白菜のシチュー、レバー煮、トマト、ブロッコリー	おしるこ (お茶)	476kcal	22.2g	6.7g	11.9g	2.4g
29	木	だいこんグループリクエスト献立 ご飯、唐揚げカレー、マカロニサラダ、すまし汁(えのき、豆腐)	りんごシャーベット (ミルク)	608kcal	22.3g	22.7g	7.0g	2.3g

14日(水)はお弁当の日です(つくし組の完了食、すみれ組(後期食含む)以上のクラス)

●ちょっとご紹介 ～リクエスト献立～

3月に卒園を迎えるさくら組さんに卒園する前にもう一度食べたい給食を聞きました。
グループごとに給食と、おやつ献立をたてて貰いました。

2/1 ポケモングループ

2/8 ペこぺこごはんグループ

2/16 みかんグループ

2/22 にんじんくんグループ

2/29 だいこんグループ

大木湊斗、鈴木悠矢、寺田爽弥人、丹羽未琴

梅澤雄大、鈴木海都、豊田紗矢、政本神楽

金原宏醒、田中美紅、山本進二郎、横山直紀、蓬田由凌

相曾幸太郎、渭原優理、門奈稀平、山本紘士

杉村泰河、田口詩埜、古川穂高、山中航

