

日 曜	風 食	おやつ	赤血や肉になる	黄熱や力となる	緑潤子をととのえる
15 木	ごはん かんぱんのコーンクリームやき れんごんのきんぴら みそしるにまつな・しめじ	きなこトースト くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・鶏皮やみそ・ささ ぎ・普通ぎゅうにゅう	精白米・アヲネーズ・ごま餅・三 温餅・ごま・食パン・有塩アーカ リツ	コーンポタージュ・イセリ・たまごか にんじん・さやいんげん・ごまつぼ・豆 しめじ・いわし
2 金	おにぎり・チーズ・マカリー フロックコリーナムル きくらげとはくさいのスープ	リンゴゼリー クラッカー ぎゅうにゅう	ほたけの貝・大豆水出し・生シ リーム・普通ぎゅうにゅう	精白米・雑合餅・ごま・ごま餅・ 砂糖・スナッククラッカー	にんじん・たまねぎ・きゅういんげん・き くらげ・ゆよ・たまご・さやいんげん・ さく・水・レーズン・フロックコリー・キ ャベツ・きくらげ・はくさい・ごまぎ・りん ご・シューズ・小麦
3 土	あんかけうどん あおなごいそへあえ くだもの きゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・普通ぎゅうにゅう	うどん・片栗粉・クロワッサン	はくさい・にんじん・さやいんげん・たま ねぎ・ごまつぼ・キャベツ・鶏皮のり・ご ま・ゆよ
16 金	かぼちゃやねりにのみパン マカロニグラタン はるさめサラダ そえフロックコリー みずなとペーコンのスープ	キヤロットケーキ くだもの ぎゅうにゅう	鶏皮・普通ぎゅうにゅう・パル メサリチーズ・ペーコン・鶏卵・ ホイップクリーム	フランスパン・マカロニ・オリー ブ油・有塩バター・鶏皮粉・緑豆 はるさめ・三温餅・甜合田・砂 糖・砂糖	くわが菜豆や・たまねぎ・にんじん・き くらげ・ゆよ・さくらもちやし・フロック コリー・おきな・アヲネーズ・アヲネ ーズ・りんご
5 月	ごはん さつまいものオイルやき すましじる(ワカメ・だいこん)	ソーヌやきうどん くだもの ぎゅうにゅう	本焼豆腐・ほたけの貝・鶏皮やみ そ・ほたけの貝・削り粉・普通ぎ ゅうにゅう	精白米・雑合餅・片栗粉・ごま 餅・さつまいも・うどん	にんじん・たまねぎ・きゅういんげん・長 ねぎ・チンゲンサイ・だいこん・わかめ・ キャベツ・にんじん・ピーマン・たま ねぎ・いわし・ゆよ・さくらもちやし・あ おのり
6 火	ちやんこ ホチトサラダ	⑧ペーグル 鶏かかん くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・普通ぎゅうにゅう	中華めん・ごま餅・じゃがいも・ アヲネーズ・フランスパン・上 新・砂糖・やまといち	長ねぎ・ゆよ・さくらもちやし・キャベツ・た まねぎ・にんじん・ごま・きくらげ・こ ろ・お砂糖・ごま・き
7 水	アレッヂエン ホークチヤツラ ハロイアンサラダ カラフルスー	ひみそおにぎり おなめしおにぎり ぎゅうにゅう	ほたけの貝・鶏皮やみそ・鶏 皮・ほたけの貝・普通ぎ ゅうにゅう	フランスパン・三温餅・雑合餅・ じゃがいも・精白米・じゃがいも・ ごま・ごま田	たまねぎ・青ピーマン・トマトチヤツ ラ・キャベツ・きゅうり・にんじん・ア ヲネーズ・おきな・さやいんげん・いわ し・ごま田
8 木	ごはん しゅんぎくどきくらえびのかきあげ いりどり すましじる (ワカメ・ねぎ・しいたけ)	フアンソケーク くだもの ぎゅうにゅう	さくらえび・干し・鶏皮・普通 ぎゅうにゅう	精白米・鶏皮粉・雑合餅・三温 餅・ごま・ごま田・砂糖	たまねぎ・しいたけ・にんじん・たまご ・だいこん・生しいたけ・さやいんげ ん・たまねぎ・わかめ・きくらげ
9 金	ひじきごはん さわらのねきみそやき だいこんサラダ すましじる(とうふ・ほうれんそう)	どちおとめの シヤムサンドパン くだもの ぎゅうにゅう	鶏皮・さくら・鶏皮やみそ・鶏 皮・木綿豆腐・普通ぎゅうにゅう	じゃがいも・三温餅・ごま餅・ご ま・食パン	おひじき・にんじん・さやいんげん・長 ねぎ・だいこん・きゅうり・ほうれん そう・いちご・ラム・はっさく
10 土	やきそば ちゃんげんさいスープ くだもの きゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・普通ぎゅうにゅう	中華めん・雑合餅・クロワッサン	キャベツ・ゆよ・さくらもちやし・にんじん・ ピーマン・おきな・はくさい・チンゲ ンサイ・ゆよ・いわし
26 月	ミートソース又バグチイダ だいこんとみずなのサラダ やさいスープ	いちごようかん くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・普通ぎゅうにゅう	マカロニ・スパゲチイ・オリーブ 油・三温餅・さつまいも・砂糖	にんじん・たまねぎ・にんじん・青ピー マン・ホーロート・トマトチヤツラ・ ゆよ・だいこん・おきな・コーンお砂糖・さ やいんげん・小麦・はっさく
13 火	ごはん にくやしいため フロックコリーのチーヌやき みそしる(ゆよ・たまねぎ)	トーチヤツ くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・パルメザンチーズ・鶏 皮やみそ・鶏卵・普通ぎゅうにゅう	精白米・ごま田・片栗粉・鶏皮・ ごま・砂糖・雑合餅・有塩バター・ 甜合田	キャベツ・ゆよ・さくらもちやし・にんじん・ ピーマン・フロックコリー・たまねぎ・キ ャベツ・ラム
14 水	カレーライス ごまサラダ	⑨おたのしみおやつ くだもの ぎゅうにゅう	ほたけの貝・普通ぎゅうにゅう	精白米・パン粉・片栗粉・有塩バ ター・砂糖・コーンソレーク	にんじん・たまねぎ・さやいんげん・き くらげ・ゆよ・キャベツ・いわし・お きな・りんご・パイナップル・ゆよ・わか め田
29 木	ごはん いわしパンバーグ キャベツのしおこんぶあえ みそしる(チンゲンサイ・かぶ)	コーンソレーク くだもの ぎゅうにゅう	いわし・鶏皮やみそ・雑合餅・ 普通ぎゅうにゅう	長ねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・ 鶏皮・チンゲンサイ・おさ・おさの葉・ レーズン・いわし	

節分会



★ 献立が変更になることがあります  
★ 果物は季節のものが出ます (ゆよご みかん オレンジ キウイ 等)  
★ 午前補食 牛乳 おせんべい又はルガランと麦茶  
★ 午後補食 2日は節分会です！お昼はおにぎり・マカロニ・フロックコリーナムル、スープがでます！  
★ おやつはゆよ・ごせりーが出ます！！  
★ 16日は誕生日会です。お昼はパン、グラタン、春雨サラダ、スープがでます！  
★ おやつはキャロットケーキがでます！！  
★ 29日は千葉県名産のいわしを使ったいわしパンがでます！  
★ 聖い季節ですが、しっかりと食べていっぱい遊んで、風邪に負けない体をつくっていきましょう！！

🍼 幼児食	578kcal	🍼 乳児食	510kcal
エネルギー	20.1g	エネルギー	19.0g
たんぱく質	19.3g	たんぱく質	19.6g
脂肪	1.8g	脂肪	1.5g
食塩相当		食塩相当	

