

## 所沢すこやか保育園 以上児 献立表



月	火				
	~~		木	金	土
			1日	2日☆節分給食☆	3日
			みそラーメン	赤おにライス	チキンピラフ
-Ro			シューマイ	ポイルウインナー	ポイルウインナー
			浅漬け(キャベツ、胡瓜)	おひたし(ほうれん草、もやし)	切干大根のサラダ
7				すまし汁(麩、わかめ)	野菜スープ
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	14 4 20	0000000	,	みかん	オレンジ
	•			טיימידס	1000
		(3)	July 1 July 11 / July 40th S		
			おにぎり(青菜)	ミルクワッフル	クッキー(ムーンライト)
			お茶	牛乳	せんべい(ばかうけ)
\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \	) He				牛乳
	7 8		エネルキ*-:460kcal タンハ*ク :13.1g	エネルギー:534kcal タンパク :14.8g	エネルギー:501kcal タンパク :14.5g
5日	6日	7日	8日	9日	10日
ご飯	ロールパン	おかかご飯	ご飯	ご飯	親子丼
赤魚の煮つけ	タンドリーチキン	肉じゃが	ミートローフ	豚肉と春雨の中華炒め	ごま和え(ほうれん草、もやし)
ごま和え(白菜、もやし) 7	ポテトサラダ	小松菜の磯和え	コールスローサラダ	もやしのナムル	味噌汁(油揚げ、大根)
	まうれん草とコーンのスープ	味噌汁(豆腐、なめこ)	野菜スープ	わかめスープ	オレンジ
		みかん	オレンジ	キウイ	
,,,,,	•• •	V)-10 - FU	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	1.7.1	
ピザトースト (食育) は	おにぎり(ごま塩)	ドーナツ	蒸しじゃが芋	マカロニきなこ	クッキー(チョイス)
牛乳	お茶	牛乳	お茶	牛乳	せんべい(えび)
					牛乳
エネルキ・-: 481kcal タンハ・ク : 21.4g エ	:ネルギー:404kcal タンパク :12.7g	エネルキ*ー:505kcal タンハ*ク :18.0g	エネルキ・-:447kcal タンハ・ク :16.4g	エネルキャー: 524kcal タンパ・ク : 22.9g	エネルキ*-:522kcal タンパ ク :20.2g
12日	13日	14日	15日	16日	17日
~お休み~	カレーライス	さけふりかけご飯	みそラーメン	ご飯	チキンピラフ
建国記念の日	切干大根のサラダ	高野豆腐の煮物	シューマイ	鶏肉のから揚げ	ポイルウインナー
<b>~</b>	えのきのスープ	おひたし(青梗菜、もやし)	浅漬け(キャベツ、胡瓜)	おひたし(ほうれん草、もやし)	切干大根のサラダ
7				すまし汁(麩、わかめ)	野菜スープ
ALTO BOARD		グレープフルーツ		みかん	オレンジ
2571155					
*	焼きそば	メロンパン	おにぎり(青菜)	ミルクワッフル	クッキー(ムーンライト)
"	· ·-	牛乳	お茶	牛乳	せんべい(ばかうけ)
"	12 Mc	T-76	<i>8</i> 3 जर	T-76	牛乳
-1414 -0401 -1 525 -00 4	test many the stand 7		-1414 - 4001 - 1 to -1 to -10 d	-1410 - 4441 - 1 50 - 2 5 - 2 4	
エネルキ*ー:642kcal タンハ*ク :22.1g エ					
19日	20日	21日	22日	23日	2 4 日
· · · · ·		おかかご飯	ご飯	ご飯	親子丼
赤魚の煮つけ	タンドリーチキン	肉じゃが	ミートローフ	豚肉と春雨の中華炒め	ごま和え(ほうれん草、もやし)
ごま和え(白菜、もやし) 7	ポテトサラダ	小松菜の磯和え	コールスローサラダ	もやしのナムル	味噌汁(油揚げ、大根)
味噌汁(油揚げ、かぶ) は	まうれん草とコーンのスープ	味噌汁(豆腐、なめこ)	野菜スープ	わかめスープ	オレンジ
りんご	ベナナ	みかん	オレンジ	キウイ	
マカロニきなこ ね	おにぎり(ごま塩)	ドーナツ	蒸しじゃが芋	ピザトースト(食育)	クッキー(チョイス)
		牛乳	お茶	牛乳	せんぺい (えび)
1 30	~ n	130	00 /N	130	牛乳
T454*_:466kaa  h\.u^h + 10 0	1444*_: 404kaal huu* h +10 7=	T41+*_:E0Ekool h\* h .10 0-	T45#*_:447kaa  h\.u^h -:4^ 4	T45**:E10kool h\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	
エネルキ*ー: 466kcal タンパ・ク :18.6g エ			→↑#↑ - ·44/KG&I サンハ リ · 10. 4g	±+₩+010KGa1 \$2/\ 7 .22.9g	±+#+022KG81 99N 9 .20.2g
26日	27日	28日			
		おかかご飯	《給食室より》		
		肉じゃが	あっという間に2月になり、暦の上では春になりましたが、まだまだ寒さが厳しい時期です。		
	えのきのスープ	小松菜の磯和え			
味噌汁(白菜、玉ねぎ)	<b>オレンジ</b>	味噌汁(豆腐、なめこ)	のフェッ・ブロニーとフェーチャン、道マイエ(1947年)でありたが、かたかに本でが、歌しい、呼がじょ。		
りんご		みかん	かぜやインフルエンザにかからないように、しっかり食べて、よく寝て、丈夫な体をつくりましょう。		
			かぜや1ンノルエンサにかからなし 	いよフに、しつかり良べて、よく寝て、)	<b>人大な体をつくりましよう。</b>
お誕生日ケーキ	焼きそば	おにぎり(青菜)	4 = - 4 4		
		お茶	今月のイベント給食は、2日の節分給食です。		
00 /11		00 217			
エネルキ*ー:570kcal タンハ*ク :16.0g エ	-486° - 400kan   55° 5 - 14 7	7414*1476kaa  hv.u* h -140 0	悪い鬼を追い払って、福を呼	び込みましょう。	

※都合により食材を変更することがありますのでご了承ください。 補食はおにぎりを提供します。

| あっという間に2日にかり 腰の上でけ来にかりましたが、まだまだ寒さが難しい陰道です。