

# 2月 ようちえんのおべんとう



れいわ5ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

		<p>1 すい ビビンバ ほしがたしんじょうに ふかしいも あげワantan</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 412kcal/11.2g</p>	<p>2 もく ぼうぎょうざ トマトソースかけ ビーフンソテー しゅうまい ホイコーロー フルーツ <b>ごましおごはん</b> 406kcal/10.8g</p>	<p>3 きん さかなのしおやき きんぴらごぼう なのはなのびたし カニカマてん</p> <p>フルーツ <b>こぎつねごはん</b> 403kcal/15.6g</p>
<p>6 げつ てりやきチキン やさいのナムル マーボーとうふ</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 412kcal/13.3g</p>	<p>7 か エンゼルカレー ミニオムレツ ジャーマンポテト れんこんはさみあげ</p> <p>フルーツポンチ <b>しろごはん</b> 400kcal/7.9g</p>	<p>8 すい とりにくのからあげ やきそば タコウイナー あつやきたまご ブロッコリー フルーツ <b>おにぎり</b> 413kcal/11.5g</p>	<p>9 もく チンジャオロース コーンソテー まぐろのタルタルふうみカツ にんじんグラッセ</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 405kcal/12.0g</p>	<p>10 きん エビカツ キャベツいため ごもくまめに ウイナー モロッコいんげん フルーツ <b>おかかごはん</b> 420kcal/11.1g</p>
<p>13 げつ デミハンバーグ マカロニソテー チンゲンさいのいためもの アンパンマンポテト にんじんに フルーツ <b>しろごはん</b> 433kcal/9.6g</p>	<p>14 か ハートコロッケ にくやさしいため シエルマカロニサラダ ハムステーキ しゅうまい フルーツ <b>ハートのりごはん</b> 418kcal/10.0g</p>	<p>15 すい にくじゃが やさいのしおこんぶあえ うめささみフライ</p> <p>フルーツ <b>ふりかけごはん</b> 407kcal/11.2g</p>	<p>16 もく タコスミート ポイルキャベツ ポテトサラダ ちくわのいそべあげ</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 422kcal/10.3g</p>	<p>17 きん カツに こまつなソテー さつまあげに ふかしいも だいこんグラッセ フルーツ <b>しろごはん</b> 418kcal/9.7g</p>
<p>20 げつ とりにくのやながわふう あおないため おからポテト かいせんだんご</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 401kcal/15.3g</p>	<p>21 か メンチカツ オムレツ シャキシャキサラダ</p> <p>フルーツ ミートボールスパゲティ 408kcal/12.3g</p>	<p>22 すい ドライカレー ゆでたまご やさしいため チキンナゲット フランクフルト フルーツ <b>しろごはん</b> 435kcal/13.5g</p>	<p>23 もく <b>てんのうたんじょうび</b> </p>	<p>24 きん ハンバーグ コーングラッセ チンゲンさいとベーコンのソテー トマトさつま エビフリッター フルーツ <b>さけごはん</b> 401kcal/10.7g</p>
<p>27 げつ エビフライ こまつなソテー こふきいも ミートボール ヤングコーン フルーツ <b>おにぎり</b> 401kcal/8.6g</p>	<p>28 か チキンピカタ フライドポテト ポークチャップ</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 435kcal/13.0g</p>			

☆カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

☆魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がって下さい。

☆迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前前の記入を必ずお願い致します！

☆練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのでご安心してお召し上がりいただけます。

☆おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。

今月の食材 主な産地			
キャベツ	茨城	りんご	青森
長葱	千葉	オレンジ	アメリカ
さつま芋	千葉	鶏肉	ブラジル
米	石川・青森	豚肉	カナダ