

# 令和8年2月 あおぞら保育園 献立表

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
ごはん 白身魚のバターしょうゆ焼き 磯辺和え バナナ さつま芋のみそ汁 牛乳 フライドポテト	ごはん チリコンカン ブロッコリーのおかかマヨ和え いちご コンソメスープ 牛乳 手作りゼリー	ごはん 鶏肉の照り焼き 切り干し大根の煮物 りんご缶 ほうれん草のみそ汁 牛乳 ホットケーキ	ごはん 野菜いろいろ肉団子 チーズポテトサラダ オレンジ 厚揚げのみそ汁 牛乳 ジャムサンド	ごはん アジフライ 信田和え パイン缶 豆腐のみそ汁 牛乳 バームクーヘン
9	10	11	12	13
ツナカレー コールスローサラダ オレンジ 春雨スープ 牛乳 ふかし芋	ふりかけごはん 洋風玉子焼き マカロニサラダ りんご缶 油揚げのみそ汁 牛乳 バナナヨーグルト	建国記念の日	ごはん さばのみそ煮 ひじきとちくわの煮物 バナナ 豆腐のすまし汁 牛乳 シュガートースト	菜飯 メンチカツ ブロッコリーサラダ パイン缶 じゃが芋のみそ汁 牛乳 ビスコ
16	17	18	19	20
ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル バナナ わかめスープ 牛乳 マカロニあべかわ	二色丼 かぼちゃのサラダ パイン缶 豚汁 牛乳 麩ラスク	ごはん 肉じゃが 錦糸和え 納豆 えのきのみそ汁 牛乳 バナナ	ごはん 白身魚フライ ビーフンソテー オレンジ 小松菜のみそ汁 牛乳 クレープ	チキンカレー たまごサラダ りんご缶 コンソメスープ 牛乳 アスパラガスビスケット
23	24	25	26	27
天皇誕生日	ごはん 鮭の塩焼き きんぴらごぼう パイン缶 ほうれん草のみそ汁 牛乳 みかんヨーグルト	ワカメごはん 五目玉子焼き ポテトサラダ バナナ 豆腐のみそ汁 牛乳 ブルーベリージャムサンド	スパゲッティミートソース ツナとブロッコリーのサラダ りんご缶 コンソメスープ 牛乳 ふかし芋	ごはん 鶏肉の唐揚げ キャベツと春雨のサラダ オレンジ 麩のみそ汁 牛乳 スティックパン

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー600kcal たんぱく質24.0g カルシウム270mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー592kcal たんぱく質24.2g カルシウム273mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。