

2月 給食献立表

2022年

長寿院保育園初期

日	曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	火	お粥 ほうれんそうのペースト じゃがいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	ほうれんそう・にんじん	だし
2	水	お粥 たまねぎのペースト かぼちゃの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・かぼちゃ	だし
3	木	お粥 さつまいものペースト かぶの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・かぶ	だし
4	金	お粥 にんじんのペースト たまねぎの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
5	土	お粥 たまねぎのペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	だし
7	月	お粥 にんじんのペースト さつまいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	たまねぎ・にんじん	だし
8	火	お粥 小松菜のペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	こまつな・にんじん	だし
9	水	お粥 たまねぎのペースト 大根の味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ・大根	だし
10	木	お粥 にんじんのペースト さといもの味噌汁	淡色辛みそ	米・さといも	たまねぎ・にんじん	だし
12	土	お粥 にんじんのペースト ほうれん草の味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ ほうれんそう	だし
14	月	お粥 さつまいものペースト じゃがいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも・じゃがいも	にんじん	だし
15	火	お粥 かぼちゃのペースト だいこんの味噌汁	淡色辛みそ	米	かぼちゃ・たまねぎ・大根	だし
16	水	お粥 大根のペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	大根・にんじん	だし
17	木	お粥 じゃがいものペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	だし
18	金	お粥 にんじんのペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ・キャベツ	だし
19	土	お粥 小松菜のペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・こまつな ほうれんそう	だし
21	月	お粥 トマトのペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米	トマト・にんじん・キャベツ	だし
22	火	お粥 じゃがいものペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	だし
24	木	お粥 にんじんのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・かぼちゃ	だし
25	金	お粥 たまねぎのペースト ちんげんさいの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん チンゲンサイ	だし
26	土	お粥 にんじんのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・トマト・たまねぎ	だし
28	月	お粥 豆腐のペースト ほうれんそうの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・ほうれんそう	だし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
125 kcal	2.6 g	0.5 g	15 mg	0.4 mg	87 μg	0.04 mg	0.02 mg	5 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。そば、落花生の入った食材は使用しておりません。