

2がつこんだて

平成 27 年 2 月 1 日 山田町第一保育所

寒さに負けない丈夫な体をつくろう

豆は畑のお肉と言われるくらいたくさんの栄養が詰まっています。豆の食品を食べましょう。

黄ダイズ・みそ、納豆、豆腐
黒ダイズ・黒豆
青ダイズ・きな粉・煮豆

今月の予定

- 3日 豆まき
- 5日 記念写真撮影
- 13日 涅槃絵
- 14日 山田高校 演奏会
- 18日 リズム集会
- 19日 誕生会
- 25日 虎舞踊り納め会
- 26日 避難訓練

お雛様
展示会

- *チキンライス *チューリップ唐揚げ
- *山田の海の幸スパゲッティ
- *竹輪ピザ *スープ
- *フルーツ

誕生会メニュー
19日(木)

※3歳以上児の栄養価について

副食給食となっているため、主食分の栄養分(ご飯)の栄養価が含まれていません。参考…ご飯 110g(目安量)はエネルギー 185 カロリーとなります。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児			未満児	以上児
1	日						
2	月	牛乳・たべっこ動物	鶏の味噌付け焼・切り干し大根の煮物・ポテトサラダ・すまし汁・果物		牛乳・プリッツ	512	347
3	火	牛乳・おととと	鬼バーグ・焼そば・フライドポテト・枝豆・スープ・果物		牛乳・鬼まんじゅう	596	560
4	水	牛乳・ビスケット	ローストチキン・パンプキンサラダ・トマト・味噌汁・果物		ヨーグルト・ウエハース	455	320
5	木	豆乳・ミニマドレーヌ	たこ天・中華サラダ・茹ブロッコリー・味噌汁・果物		牛乳・まがりせんべい	542	330
6	金	豆乳・プリッツ	すき焼き風煮・シルバーサラダ・さつまいも芋天ぷら・味噌汁・果物		牛乳・マドレーヌ	537	471
7	土	牛乳・サラダせんべい	親子丼・すまし汁・フルーツ		お菓子		
8	日						
9	月	牛乳・えびせん	肉団子のケチャップあん・ひじきの和風サラダ・茹でブロッコリー・スープ・果物		牛乳・派厘個	495	348
10	火	牛乳・ミニバターパン	スパニッシュオムレツ・ハムサラダ・トマト・味噌汁・果物		ヨーグルト・ウエハース	454	337
11	水						
12	木	牛乳・プリッツ	シーチキン入り厚焼き卵・マカロニサラダ・芋レモン煮・味噌汁・果物		フルーツゼリー	467	325
13	金	フルーツヨーグルト	鮭のハンバーグ・スパゲッティソース・大豆サラダ・味噌汁・果物		牛乳・チョコ蒸しパン	509	459
14	土	牛乳・ミニせんべい	スパゲッティミートソース・牛乳・果物		お菓子		
15	日						
16	月	牛乳・パイ菓子	タラのカレー揚げ・大根サラダ・トマト・肉団子スープ・果物		牛乳・ぱりんこ	455	305
17	火	豆乳・ジャムパン	鶏肉の甘辛煮・スパゲッティサラダ・野菜ゆかり和え・味噌汁・果物		牛乳・キャロットケーキ	506	490
18	水	牛乳・バナナ	酢豚・涼伴三条・ジャーマンポテト・味噌汁・果物		牛乳・源氏パイ	476	318
19	木	牛乳・白いふうせん	 誕 生 会 		牛乳・バームクーヘン	606	607
20	金	牛乳・カステラ	鮭の西京焼・ごぼうサラダ・かぼちゃの天ぷら・そうめん汁・果物		牛乳・フレークファッチ	574	449
21	土	牛乳・えびせん	チキンライス・ミニ100%ジュース・果物		お菓子		
22	日						
23	月	牛乳・ベジタべる	炒り豆腐・竹輪のカレー揚げ・野菜ごま和え・味噌汁・果物		牛乳・ドーナツ	509	336
24	火	牛乳・クラッカー	山田の鮭のさつま揚げ・炒合菜・ナムル・味噌汁・果物		牛乳・クリームパン	528	484
25	水	牛乳・ミニドーナツ	カレーライス・フレンチサラダ・スープ・果物		牛乳・白い風船	510	365
26	木	牛乳・ビスコ	タラの洋風焼・ブロッコリーのおかか和え・トマト・味噌汁・果物		ヨーグルト・ウエハース	425	351
27	金	牛乳・ぱりんこ	シュウマイ・春雨サラダ・ポイルウインナー・味噌汁・果物		牛乳・とんがりコーン	499	331
28	土	牛乳・とんがりコーン	スープスパゲッティ・キャンディーチーズ・果物		お菓子		