



# 2月の予定献立表



児童発達支援センター伊予くじら

日			1(水)	2(木)お楽しみ会	3(金)
昼食			ごはん 豚肉ときのこのソテー もやしのナムル ブチトマト 春雨とにらのスープ みかん	鬼さんライス 春菊のごま和え フランクフルト ビーンズスープ バナナ	ごはん 千草焼き ほうれん草サラダ コーンともやしの酢の物 ねぎ入りわかめスープ キウイ
午後			牛乳 こつぶっこ	りんごジュース キャラメルコーン	メイファームヨーグルト
エネルギー			500Kcal	592Kcal	440Kcal
日	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)
昼食	ごはん チンジャオロース 拌三絲 ブチトマト ワンタンスープ みかん	ごはん 煮魚 かぶの甘酢 しいたけのマヨネーズ焼き 千切り野菜の味噌汁 バナナ	ごはん ブルコギ炒め れんこんのごまネーズ和え ブチトマト 和風ポトフ キウイ	ごはん 白身魚の野菜ケチャップかけ もやしときゅうりのごま酢和え ブチトマト キャベツスープ バナナ	ごはん ポパイレバー にんじんとツナのシリシリ ごまサラダ 白菜としめじの豆乳スープ みかん
午後	牛乳 ココナッツサブレ	牛乳 ミニドーナツ	牛乳 星食べよ	スタミナ クッキー	牛乳 まがりせんべい
エネルギー	471Kcal	438Kcal	537Kcal	602Kcal	622Kcal
日	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)
昼食	ごはん チリコンカン ブロッコリーのおかか煮 カラフルピーマン炒め 若布スープ キウイ	ごはん 魚のかば焼き風 大根の酢もの かぼちゃの甘煮 なめこ汁 バナナ	ごはん 豚肉の生姜焼き なます風サラダ ブチトマト かぶのスープ みかん	ごはん 大豆とひじきの錦揚げ ほうれん草とコーンのツナ和え もやしとハムのナムル ミネストローネ バナナ	ごはん 若鶏のレモン煮 キャベツフレンチ ブチトマト にら卵スープ みかん
午後	牛乳 ビスコ	牛乳 ミルク蒸しパン	牛乳 じゃがりこサラダ	牛乳 サラダうす焼き	牛乳 かつばえびせん
エネルギー	439Kcal	494Kcal	553Kcal	553Kcal	583Kcal
日	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
昼食	ごはん 豚肉ときのこのソテー ちりめんサラダ 鶏肉と若布のスープ キウイ	ごはん 魚のアングレース フレンチサラダ 豆腐とほうれん草のすまし汁 ブチトマト バナナ	ごはん すき焼き風煮 ブロッコリー煮浸し トマト南蛮和え かぶとしめじのスープ キウイ	<b>天皇誕生日</b>	ごはん 豆腐団子のケチャップ煮 キャベツサラダ ブチトマト しめじの野菜スープ りんご
午後	牛乳 ミレービスケット	牛乳 とんがりコーン	牛乳 ベジたべる		牛乳 雪の宿
エネルギー	519Kcal	529Kcal	497Kcal		452Kcal
日	27(月)	28(火)	<b>節分とは</b> 節分は冬の終わりの日で、翌日から新しい季節が始まる区切りの日。 みんなが健康で幸せにすごせるように願い豆まきで悪いものを追い出す日。 ※豆まきには「鬼を打ち払う」・「豆を投げ与え静まってもらう」などの意味がある		
昼食	ごはん ローストチキン 小松菜とひじきのサラダ はんぺんとかぶのスープ ブチトマト みかん	ごはん 魚の南蛮漬け 切り干し大根のサラダ アスパラのごま和え えのきのチキンスープ バナナ			
午後	牛乳 おっとっと	牛乳 源氏パイ			
エネルギー	472Kcal	567Kcal			