

天童厚生会

令和6年(2024年)2月

予定献立表(家庭用)

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	木	お茶,りんご	ご飯,高野豆腐の揚げ煮,ごぼうと鶏肉の味噌汁	お茶,焼うどん	
2	金	アシドミルク	ドライカレー,ビーンズサラダ,いちご	牛乳,鬼まんじゅう	
3	土	お茶,クラッカー	カレーピラフ,マカロニサラダ,コーンと卵のスープ	牛乳,甘食	
4	日				
5	月	お茶,ブルーベリー	ハヤシライス,大根サラダ,りんご	牛乳,チーズ入りヨーグルトパン	
6	火	お茶,チーズ	ご飯,若鶏の漬焼き,ブロッコリーの酢和え,豆腐とわかめの味噌汁,イチゴ	牛乳,煮干のごまがらめ	
7	水	お茶,かえり煮干	バターロール,五目サラダ,コーンクリームシチュー	お茶,おでん	
8	木	お茶,ヨーグルト	ご飯,豆腐入り松風焼き,ほうれん草のおひたし,白菜の味噌汁	牛乳,はちみつときなこのトースト	
9	金	アシドミルク	野菜炒めラーメン,ポテトのチーズ焼き,ポンカン	お茶,鮭わかめおにぎり	
10	土	牛乳,バナナ	ご飯,肉じゃが,キャベツの味噌汁	牛乳,クラッカージャムサンド	
11	日				建国記念の日
12	月				振替休日
13	火	お茶,チーズ	ご飯,豚のステーキ風,ブロッコリー,スティック人参,南瓜の味噌汁	牛乳,ポップコーン	
14	水	牛乳,ふかし芋	バターロール,ツナサラダ,白菜と肉団子のスープ,イチゴ	お茶,中華おこわ	
15	木	お茶,かえり煮干	エビのクリームソースパ,白菜とりんごのサラダ,野菜スープ	お茶,お汁粉	
16	金	牛乳,バナナ	ご飯,鯖の竜田揚げ,野菜のゴマ和え,大根の味噌汁,ネーブル	牛乳,フレンチトースト	
17	土	お茶,ブルーベリー	高野豆腐のそぼろ丼,もやしのゆかり和え,竹輪のすまし汁	牛乳,スイートかぼちゃ	
18	日				
19	月	お茶,チーズ	カレーうどん,キャベツとツナの昆布和え,ネーブル	お茶,スナックチャーハン	
20	火	アシドミルク	豚丼,小松菜のナムル,じゃが芋としめじの味噌汁,ポンカン	牛乳,クッキー	
21	水	お茶,ブルーベリー	ご飯,さわらの西京焼き,ブロッコリーのおかか和え,大根としめじの味噌汁	牛乳,肉まん	
22	木	お茶,かえり煮干	ご飯,すき焼き風煮,もやしの味噌汁,イチゴ	牛乳,ふかし芋	
23	金				天皇誕生日
24	土	お茶,クラッカー	チャーハン,春雨の酢の物,わかめスープ	牛乳,レーズン蒸しパン	
25	日				
26	月	お茶,ヨーグルト	ご飯,豚肉の麩焼き,トマト,切干大根の煮物,麩の味噌汁	お茶,小田巻蒸し	
27	火	お茶,チーズ	ご飯,手作りふりかけ,ひじき入り厚焼き卵,ブロッコリー,けんちん汁,ネーブル	飲むヨーグルト,豆腐ときな粉のケーキ	
28	水	お茶,バナナ	バターロール,チキンカツ,千切りキャベツ・トマト,コンソメスープ	牛乳,焼き芋	
29	木	牛乳,ウエハース	から揚げラーメン,ポテトのチーズ焼き,ポンカン	お茶,鮭とわかめおにぎり	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維		
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g		
3才未満児	1日平均	487	20.8	17.4	256	2.7	211	0.32	0.36	36	2.1	721	5.5		
	園目標	462	19.0	13.0	212	2.3	187	0.25	0.27	20	1.5	450	3.2		
3才以上児	1日平均	552	23.0	19.5	224	2.7	229	0.37	0.37	39	2.4	801	6.3		
	園目標	573	23.6	16.0	258	2.5	215	0.32	0.36	23	1.6	630	3.6		