

日	曜日	1~2歳児昼食		食 材			その他	離乳食 <後期> きざみ
		間 食(おやつ)		血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)	調味料等	間 食(おやつ)
1 15 29	月	ご飯		米				軟飯
		豚肉のソテー	豚肉	白砂糖,油	玉葱,ニンニク		酒,醤油,塩	豚肉のやわらか煮
		小松菜の磯風お浸し	ひじき,糸けずり節		人参,小松菜		醤油,かつお節	小松菜の磯風お浸し
		みそ汁	みそ	さつま芋	玉葱,葉葱		かつお節	みそ汁
		牛乳/お菓子盛り合わせ	牛乳/(チーズ)	/お菓子(ビスケット,小魚せんべい)			ビスケット,小魚せんべい,チーズ	
2 16 30	火	ポークカレー	豚肉	米,じゃが芋,油	玉葱,人参		中濃ソース,塩,トマトソース,カレーの玉子様	野菜あんかけ丼(軟飯)
		フレンチサラダ		白砂糖,油	キャベツ,胡瓜,人参		塩,酢	フレンチサラダ
		清汁	果物		青菜,玉葱,えのきたけ	果物	醤油,塩,かつお節	清汁
		牛乳/あじさいゼリー/せんべい	牛乳/(ヨーグルト)	/白砂糖/せんべい	/ぶどうジュース(100%),りんごジュース(100%),粉末天ノ			ヨーグルト,せんべい
3 17	水	しょうゆラーメン	豚肉	中華麺,ごま油(うどん)	青菜,ホールコーン,冷,葱		醤油,塩,かつお節	肉野菜うどん
		わかめと野菜のナムル	わかめ	白砂糖,ごま油	キャベツ,人参,もやし		醤油,酢	わかめと野菜のナムル
			果物			果物		果物
		牛乳/鮭おにぎり	牛乳/鮭	/米			/塩	鮭粥
4 18	木	ご飯		米				軟飯
		鶏肉のごま焼き	鶏肉	白砂糖,白ごま			酒,醤油	鶏肉のごま煮
		キャベツのおかか和え	糸けずり節		キャベツ,人参		醤油,かつお節	キャベツのおかか和え
		みそ汁	生揚げ,みそ		南瓜,玉葱	果物	かつお節	みそ汁
		牛乳/豆腐ドーナツ	牛乳/豆腐(チーズ)	/白砂糖,油,ホットケーキミックス,ビスケット,ウエハース			ビスケット,ウエハース,チーズ	
5 19	金	パン		パン				パン
		フィッシュフライ	魚	パン粉,小麦粉,油			酒,中濃ソース,塩	魚の照り煮
		アスパラソテー	ベーコン	油	ホールコーン缶,グリーンアスパラ		醤油,塩	アスパラソテー
		野菜スープ	ゼリー		キャベツ,玉葱,人参		醤油,塩,かつお節	野菜スープ
		牛乳/おかかおにぎり	牛乳/糸削り節	/米		/塩,醤油	おかか雑炊	
8 22	月	焼き鳥丼	鶏肉,きざみのり	米,白砂糖,油,片栗粉	葱		酒,みりん,醤油	鶏煮丼(軟飯)
		即席漬			胡瓜,大根,人参		塩	即席漬
		にらのスープ			玉葱,にら		塩,醤油,酒,かつお節	にらスープ
		牛乳/ホットケーキ	牛乳/	ホットケーキミックス				ホットケーキ
9 23	火	ご飯		米				軟飯
		煮魚	魚	白砂糖	生姜		酒,醤油	煮魚
		青菜のおかか和え	糸けずり節		青菜,人参,もやし		醤油,かつお節	青菜のおかか和え
		豚汁	豆腐,みそ,豚肉	油	玉葱,人参,葱	果物	かつお節	豚汁
		牛乳/いちごジャムサンド	牛乳/	/いちごジャム,パン			いちごジャムサンド	
10 24	水	南蛮うどん	鶏肉	うどん,白砂糖,油	青菜,玉葱,人参,葱		みりん,醤油,塩,かつお節	南蛮うどん
		もやしとじゃこの和え物	しらす	白砂糖,ごま油	胡瓜,人参,もやし		醤油,酢	もやしとじゃこの和え物
			果物			果物		果物
		牛乳/えのきとツナのおにぎり	牛乳/ツナ缶	/油	/えのきたけ		/酒,醤油,塩	えのきとツナの雑炊
11 25	木	ご飯		米				軟飯
		鶏肉の照り焼き	鶏肉				酒,みりん,醤油	鶏煮
		春雨サラダ	ロースハム	春雨,白砂糖,油	キャベツ,胡瓜,人参		塩,酢	ハムサラダ
		具だくさんみそ汁	生揚げ,みそ		南瓜,青菜,玉葱	果物	かつお節	具だくさんみそ汁
		牛乳/おさつおやき	牛乳/	/さつま芋,片栗粉,白砂糖,油,バター			つぶしさつまいも	
12 26	金	パン		パン				パン
		鶏肉のバーベキューソース	鶏肉	白砂糖			塩,トマテケチャップ,中濃ソース	鶏肉バーベキューソース煮
		スライスきゅうり		白砂糖,油	胡瓜,もやし		塩,酢	スライスきゅうり
		キャベツスープ	ベーコン		キャベツ,人参		醤油,塩,かつお節	キャベツスープ
		牛乳/鶏そぼろおにぎり	牛乳/鶏肉	/白砂糖,油,米		/醤油,酒	鶏そぼろ雑炊	

※給与栄養目標量 (離乳食後期 2/3)

1~2歳児 エネルギー:480 kcal たんぱく質:19.4g  
脂質:16.7g 食塩相当量:1.4g

※今月の平均栄養価 (離乳食後期 2/3)

1~2歳児 エネルギー:475 kcal たんぱく質:19.1g  
脂質:16.2g 食塩相当量:1.4g

※0歳児は目安として1歳過ぎから、及び1・2歳児は毎日、午前・午後牛乳を50cc飲んでます

○今月の使用予定果物:みかん・バナナ・オレンジ(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)

(デザートは、果物からヨーグルト、ゼリーに変更している日があります。上記の献立をご覧ください。)

○ベーコンがハムに変更になる場合があります。

○今月の補食は、お好み焼き・ポテトフライ・かにぱん・焼きおにぎり・マカロニきな粉です。

○献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。変更になった場合はお知らせします。

☆毎日、実際の給食の写真を潮保育室のホームページに掲載しています。

こちらのQRコードからご覧になれます ⇒



作成責任者: 施設長 山岸裕子

