

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)
2	月	ご飯		鶏肉	米			軟飯
		鶏肉のごま焼き		糸けずり節	白砂糖,ごま		酒,醤油	鶏肉のうま煮
		野菜のおかか和え		油揚げ,みそ		人参,青菜	醤油,かつお節	野菜のおかか和え
		みそ汁	ヨーグルト			大根	かつお節	みそ汁
		牛乳/ホットケーキ	牛乳/牛乳(チーズ)	/ホットケーキミックス(ウエハース)			ウエハース, チーズ	
3	火	カレーライス		豚肉	米,じゃが芋,油(片栗粉)	玉葱,人参	カレーの王子様	軟飯
		コーンサラダ			白砂糖,油	キャベツ,胡瓜,ホールコーン缶,人参	塩,酢	豚肉とじゃが芋のあんかけ
		きのこのスープ	果物			玉葱,えのきたけ,ぶなしめじ	醤油,塩,かつお節	コーンサラダ
		牛乳/シュガートースト		牛乳/	/パン, 白砂糖	/野菜ペースト)		きのこのスープ
		牛乳/チーズおかかおにぎり	牛乳/チーズおかか	/米(ふりかけ)			パン, 野菜ペースト	
4	水	みそ煮込みうどん		豚肉,みそ	うどん	青菜,玉葱,白菜,人参	みりん,醤油,かつお節,出し昆布	みそ煮込みうどん
		さつま芋甘煮	果物		白砂糖	さつま芋	みりん,醤油,かつお節	さつま芋甘煮
		牛乳/チーズおかかおにぎり		牛乳/チーズおかか	/米(ふりかけ)			ふりかけごはん
5	木	マーボー丼		豚肉,みそ,豆腐	米,片栗粉,白砂糖,ごま油	葱,人参	酒,醤油,塩	マーボー丼
		春雨サラダ		ロースハム	春雨,白砂糖,油	胡瓜,人参	塩,酢	春雨サラダ
		チンゲン菜のスープ	果物	豆腐		チンゲン菜	醤油,塩,かつお節	チンゲン菜のスープ
		牛乳/ジャムサンドクラッカー		牛乳/(チーズ)	/クラッカー,ジャム(せんべい)			せんべい, チーズ
6	金	パン		魚	パン		酒,塩	パン
		魚の竜田揚げ		ツナ缶	片栗粉,油		塩,酢	煮魚
		ツナサラダ		ベーコン	白砂糖,油	胡瓜,人参,キャベツ	塩,かつお節	ツナサラダ
		オニオンスープ	ゼリー			玉葱		オニオンスープ
		牛乳/鶏そぼろおにぎり	牛乳/鶏そぼろ	/米(ふりかけ)			ふりかけごはん	
9	月	ご飯		豚肉	米		酒,醤油,酢	軟飯
		豚肉の生姜焼き		昆布	片栗粉,白砂糖,油	キャベツ,人参	塩	豚肉のうま煮
		キャベツの塩こんぶ和え				人参,玉葱,白菜,ぶなしめじ	醤油,塩,かつお節	キャベツの塩こんぶ和え
		はくさいのスープ	ヨーグルト					はくさいのスープ
		牛乳/お菓子盛り合わせ	牛乳/(チーズ)	/お菓子(ウエハース)			ウエハース, チーズ	
10	火	ご飯		魚,みそ	米		酒,みりん	軟飯
		魚の西京焼き		生揚げ	白砂糖,白ごま	青菜,人参,もやし	醤油	魚のみそ煮
		三色野菜のごま和え	果物		ごま油	大根,人参,玉葱	醤油,塩,かつお節	三色野菜のごま和え
		けんちん汁		牛乳/	/パン, いちごジャム	/野菜ペースト)		けんちん汁
		牛乳/いちごジャムサンド	牛乳/	/パン, いちごジャム			パン, 野菜ペースト	
24	火	キャロットライス		鶏肉	米,油	人参	塩	人参ご飯
		から揚げ			片栗粉,油	生姜	酒,醤油	鶏肉煮
		コールスローサラダ			白砂糖,油,卵なしマヨネーズ	人参,胡瓜,キャベツ,コーン缶	塩,酢	コールスローサラダ
		コンソメスープ	ゼリー	ベーコン		玉葱,人参	醤油,塩,かつお節	コンソメスープ
		牛乳/ホットケーキ, フルーツ盛り合わせ	牛乳/牛乳	/ホットケーキミックス(パン)	/フルーツ		パン, フルーツ盛り合わせ	
11	水	みそラーメン		みそ,豚肉	中華麺,油	キャベツ,玉葱,ホールコーン缶,人参,もやし	醤油,塩,かつお節,出し昆布	煮込みうどん
		青のりポテト	果物	青のり	じゃが芋,白砂糖		みりん,醤油,かつお節	青のりポテト
		牛乳/きな粉おにぎり		牛乳/きな粉	/米,白砂糖(ふりかけ)			ふりかけごはん
12	木	ご飯		鶏肉	米		みりん,醤油	軟飯
		筑前煮			油,白砂糖	いんげん,人参,蓮根,しいたけ,大根	酒,醤油,かつお節	筑前煮
		青菜のおひたし		豆腐,みそ		青菜,人参	醤油	青菜のおひたし
		みそ汁	果物			玉葱	かつお節	みそ汁
		牛乳/ふかし芋	牛乳/	/さつま芋			つぶし芋	
13	金	パン		鶏肉	パン		塩,トマトケチャップ	パン
		チキンソテー			油		醤油,塩	鶏肉のうま煮
		キャベツサラダ		ハム	油	人参,キャベツ,胡瓜		キャベツサラダ
		ミネストローネ	ゼリー		白砂糖,油	キャベツ,玉葱,人参	塩,ケチャップ,トマトピューレ	ミネストローネ
		牛乳/ツナこんぶおにぎり	牛乳/ツナこんぶ	/米(ふりかけ)			ふりかけごはん	

※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

※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・午後に牛乳を50cc飲んでます

○今月の使用予定果物:オレンジ・りんご・バナナ・かき・みかん(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・かにぼん・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

