

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 16 30	月	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		
		キャベツの塩昆布和え	塩昆布	ごま油	キャベツ, 胡瓜, 人参	塩	キャベツ和え		
		みそ汁	みそ		南瓜, 人参	かつお節	みそ汁		
		牛乳/ジャムサンドクラッカー	牛乳/(チーズ)	/イチゴジャムクラッカー(ウエハース)			ウエハース, チーズ		
3	火	ひな祭り二色おにぎり	わかめ		絹さや, ゆかり, 人参	塩	ひな祭り二色粥		
		照り焼きチキン	鶏肉	油, 白砂糖		酒, 醤油, みりん	鶏煮		
		三色野菜のおかか和え	糸削り節		青菜, 人参, もやし	醤油, かつお節	三色野菜のおかか和え		
		清汁	果物	玉ふ	玉葱, 葱	果物	醤油, 塩, かつお節	清汁	
		牛乳/バナナクリームサンド	牛乳/生クリーム	/パン	/バナナ(野菜ペースト)		野菜ペーストサンド		
17 31	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	醤油, かつお節	青菜のおかか和え		
		豚汁	果物	豆腐, みそ, 豚肉	油	玉葱, 人参, 葱	かつお節	豚汁	
		牛乳/たこ焼風ポテト	牛乳/青のり, 糸けずり節	/じゃが芋, 片栗粉, 油, 卵なし, マヨネーズ	/キャベツ, 葱	/中濃ソース, 塩	青のりポテト		
4 18	水	スパゲッティナポリタン	ロスハム, 粉チーズ	スパゲッティ, 白砂糖, 油	玉葱, ニンニク, ピーマン	塩, トマトケチャップ	ナポリタンうどん		
		かむカムサラダ		白砂糖, ごま油	キャベツ, 胡瓜, 人参	醤油, 酢	カムかむサラダ		
		オニオンスープ	果物	ベーコン	油	玉葱, ぶなしめじ	果物	醤油, 塩	オニオンスープ
		牛乳/きなこのぼたもち	牛乳/きな粉	/米, 白砂糖		/塩		きなこ粥	
5 19	木	春キャベツの回鍋肉丼	みそ, 豚肉	米, 片栗粉, 白砂糖, ごま油	キャベツ, 生姜, 人参, ニンニク, ピーマン	酒, 醤油, 塩	春キャベツの回鍋肉丼(軟飯)		
		三色ピクルス		白砂糖, 油	胡瓜, 人参, 大根	塩, 酢, 醤油	三色ピクルス		
		わかめスープ	果物	わかめ	葱, えのきたけ	果物	醤油, 塩, かつお節	わかめスープ	
		牛乳/揚げパン	牛乳/(チーズ)	/油, 白砂糖, バター, ロール(せんべい)				せんべい, チーズ	
6	金	パン		パン			パン		
		鶏肉のケチャップ煮	鶏肉	白砂糖, 油	玉葱	塩, トマトケチャップ	鶏肉のケチャップ煮		
		白菜のツナサラダ	ツナ缶	白砂糖, 油	胡瓜, 人参, 白菜	塩, 酢	白菜のツナサラダ		
		ベーコンスープ	ゼリー	ベーコン	青菜, 人参	醤油, 塩, かつお節	ベーコンスープ		
		牛乳/鮭おにぎり	牛乳/鮭	/米		/塩	鮭雑炊		
9 23	月	ご飯		米			軟飯		
		大豆とひじきのつくね	大豆水, 煮缶, ひじき, 鶏肉	片栗粉, 白砂糖, 油	生姜, 玉葱	醤油, 塩, かつお節	大豆とひじきのつくね		
		即席漬			かぶ, 青菜, 人参	醤油, 塩	即席漬		
		みそ汁	果物	油揚げ, みそ	葱, 白菜	かつお節	みそ汁		
		牛乳/お菓子の盛り合わせ	牛乳/(チーズ)	/お菓子(せんべい)			せんべい, チーズ		
10 24	火	チキンカレーライス	鶏肉	米, じゃが芋, 油(片栗粉)	玉葱, 人参	中濃ソース, カレーの王子様	鶏肉と野菜のあんかけ丼(軟飯)		
		ちりめんわかめサラダ	わかめ, ちりめん	白砂糖, ごま油	胡瓜, 人参, もやし	醤油, 酢	ちりめんわかめサラダ		
		豆腐スープ	果物	豆腐	葱, えのきたけ	果物	醤油, 塩, かつお節	豆腐スープ	
		牛乳/ホットケーキ	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	
11 25	水	みそラーメン	みそ, 豚肉	生中華麺, 油(うどん)	生姜, 玉葱, ホルモン缶, たらこ, 人参, ニンニク, もやし	醤油, 塩, かつお節	みそうどん		
		かぼちゃの甘煮	果物	白砂糖	南瓜	果物	醤油, 塩, かつお節	かぼちゃの甘煮	
		牛乳/ツナおにぎり	牛乳/ツナ缶	/米, 白砂糖, 油		/酒, 醤油		ツナ雑炊	
12 26	木	納豆ご飯	青のり, 糸けずり節, 納豆	米		醤油	納豆粥		
		中華炒め	豚肉	片栗粉, 白砂糖, ごま油	キャベツ, 生姜, 玉葱, たらこ, 人参, ニンニク	酒, みりん, 醤油, 塩	中華炒め		
		春雨スープ	果物	わかめ, 鶏肉	春雨	人参, 葱, えのきたけ	果物	醤油, 塩, かつお節	春雨スープ
		牛乳/りんごジャムサンド	牛乳/	/りんごジャム, パン				りんごジャムサンド	
13 27	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	煮魚		
		せんキャベツ			キャベツ, 人参	塩	せんキャベツ		
		野菜スープ	ゼリー	ベーコン	青菜, 玉葱, 人参	醤油, 塩, かつお節	野菜スープ		
		牛乳/わかめおにぎり	牛乳/わかめ	/米		/塩	わかめ雑炊		

※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1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・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

