

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)
27	月	カレーライス 大根サラダ みそ汁 牛乳/お菓子盛り合わせ	豚肉 ツナ缶 わかめ,みそ	米じゃが芋,油(片栗粉) 白砂糖,油	玉葱,人参 胡瓜,大根,人参 えのきたけ	カレーの王子様 塩,酢 かつお節	野菜のあんかけ丼 大根サラダ みそ汁 ウエハース, チーズ
14	火	ご飯 魚のあずま煮 もやしの磯和え みそ汁 牛乳/シュガートースト	魚 焼きのり 豆腐,みそ	米 片栗粉,三温糖,油	生姜 人参,もやし,青菜 人参,白菜	酒,みりん,醤油 醤油,かつお節 かつお節	軟飯 煮魚 もやしの磯和え みそ汁 野菜ペーストサンド
15	水	スパゲッティミートソース フレンチサラダ オニオンスープ 牛乳/おかかおにぎり	豚肉,粉チーズ	小麦粉,スパゲッティ,油(うどん) 白砂糖,油 油	玉葱,人参,トマト,ビュレ キャベツ,胡瓜,人参 玉葱,人参	ウスターソース,塩,トマトケチャップ 塩,酢 醤油,塩	みそ煮込みうどん フレンチサラダ オニオンスープ ふりかけごはん
16	木	ご飯 鶏肉の照り焼き かぶの甘酢和え みそ汁 牛乳/きな粉トースト	鶏肉 生揚げ,みそ	米 白砂糖	かぶ,胡瓜,人参 玉葱,人参	酒,みりん,醤油 塩,酢 かつお節	軟飯 鶏煮 かぶの甘酢和え みそ汁 野菜ペーストサンド
17	金	パン ハンバーグ ブロッコリーと人参の甘煮 白菜のクリームスープ 牛乳/青菜ワカメおにぎり	鶏肉 ベーコン	丸パン 片栗粉,白砂糖,油 三温糖 油	玉葱 人参,ブロッコリー 玉葱,ホールコーン缶,人参,白菜	中濃ソース,塩,トマトケチャップ 塩 シチューの王子様	パン ハンバーグ ブロッコリーと人参の甘煮 白菜のクリームスープ ふりかけごはん
6	月	煮込みうどん さつま芋 牛乳/お菓子盛り合わせ	豚肉 牛乳/(チーズ)	うどん さつま芋	人参,玉葱,青菜	醤油,みりん,かつお節	煮込みうどん さつま芋 ウエハース, チーズ
20	月	チキンピラフ 白菜のツナサラダ ポテトスープ 牛乳/マカロニきな粉	鶏肉 ツナ缶	米,油,バター 白砂糖,油 じゃが芋,油	パセリ,玉葱,人参,コーン缶 胡瓜,人参,白菜 玉葱	醤油,塩 塩,酢 醤油,塩,かつお節	チキンピラフ 白菜のツナサラダ ポテトスープ おせんべい, チーズ
7	火	ご飯 肉じゃが 青菜のごまおかか和え みそ汁 牛乳/ピザトースト	豚肉 糸けずり節 わかめ,みそ	米 じゃが芋,白砂糖,油 白ごま	いんげん,人参,玉葱 青菜,人参 玉葱	酒,醤油,かつお節 醤油,かつお節 かつお節	軟飯 肉じゃが 青菜のごまおかか和え みそ汁 野菜ペーストサンド
8	水	けんちんうどん かぼちゃの甘煮 牛乳/わかめおにぎり	油揚げ,鶏肉 牛乳/わかめ	うどん,白砂糖,油 白砂糖	青菜,大根,玉葱,人参,しいたけ 南瓜	みりん,醤油,塩,かつお節,出し昆布 醤油,塩	けんちんうどん かぼちゃの甘煮 ふりかけごはん
9	木	ご飯 煮魚 即席漬 みそ汁 牛乳/ホットケーキ	魚 生揚げ,みそ	米 白砂糖	胡瓜,大根,人参 玉葱,青菜	酒,醤油,みりん 醤油,塩 かつお節	軟飯 煮魚 即席漬 みそ汁 おせんべい, チーズ
10	金	パン チキンカツ ブロッコリーサラダ オニオンスープ 牛乳/鮭おにぎり	鶏肉 牛乳/魚	パン パン粉,油,小麦粉 油	ブロッコリー,コーン缶,人参 玉葱,人参	酒,塩 塩 醤油,塩,かつお節	パン 鶏煮 ブロッコリーサラダ オニオンスープ 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
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・午後に牛乳を50cc飲んで頂いています

○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

