

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)
14 28	月	ご飯	魚	米			酒・みりん・醤油	軟飯
		煮魚	魚	白砂糖			醤油・かつお節	煮魚
		磯風お浸し	ひじき・糸けずり節		青菜・人参		かつお節	磯風お浸し
		みそ汁	油揚げ・みそ		玉葱・なす			みそ汁
		牛乳/ジャムサンドクラッカー	牛乳/(チーズ)	/パン・ジャム(ウエハース)			ウエハース・チーズ	
1 15 29	火	ハヤシライス	豚肉	米(片栗粉)		玉葱・人参	ハヤシの王子様	野菜のあんかけ丼
		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
		チンゲン菜のスープ	鶏肉		チンゲン菜・人参もやし	果物	醤油・塩・かつお節	チンゲン菜のスープ
		牛乳/お菓子盛り合わせ	牛乳/(チーズ)	/お菓子(せんべい)				せんべい・チーズ
		みそ煮込みうどん	豚肉・みそ	うどん	白菜・人参・玉葱	酒・醤油	みそ煮込みうどん	
2 16 30	水	野菜のナムル		白砂糖・ごま油		青菜・人参もやし	醤油・酢	野菜のナムル
			果物				果物	果物
		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
3 17 31	木	ご飯	豚肉	米			酒・醤油・塩	軟飯
		豚肉のしょうが焼き	豚肉	白砂糖・油		生姜・玉葱	醤油・塩・かつお節	豚肉のやわらか煮
		キャベツサラダ	わかめ			キャベツ・人参	かつお節	キャベツサラダ
		みそ汁	牛乳/牛乳(チーズ)	/ホットケーキミックス(ウエハース)		玉葱		みそ汁
		牛乳/ホットケーキ					ウエハース・チーズ	
4 18	金	パン	鶏肉	パン			酒・ウスターソース・醤油・トマトケチャップ	パン
		ローストチキン	ツナ缶	白砂糖・ごま油		胡瓜・キャベツ	醤油・酢	鶏煮
		きゅうりのツナサラダ		じゃが芋		玉葱・人参	醤油・塩・かつお節	きゅうりのツナサラダ
		コロコロスープ	牛乳/鮭	/米(ふりかけ)				コロコロスープ
		牛乳/鮭おにぎり				/塩	ふりかけごはん	
★ 7 月	月	コーンピラフ	鶏肉	米・油		玉葱・ホールコーン缶・人参	塩	コーンピラフ
		唐揚げ	鶏肉	小麦粉・油		生姜	酒・塩・醤油	鶏煮
		たんざくサラダ	ロースハム	白砂糖・油		胡瓜・大根・人参	塩・酢	たんざくサラダ
		天の川スープ	豆腐・みそ	ごま油		オクラ・人参	醤油・塩・かつお節	天の川スープ
		牛乳/せんべい・ゼリー	牛乳/(ヨーグルト)	/ゼリー・せんべい			せんべい・ヨーグルト	
8 22	火	ご飯	豚肉	米			みりん・醤油・かつお節	軟飯
		肉じゃが	糸けずり節	じゃが芋・白砂糖・油		玉葱・人参	醤油	肉じゃが
		ほうれん草のおかか和え	豆腐・みそ	ごま油		ほうれん草	かつお節	ほうれん草のおかか和え
		けんちんみそ汁	牛乳/きな粉(チーズ)	/白砂糖・マカロニ(ウエハース)		大根・人参		けんちんみそ汁
		牛乳/マカロニきな粉					ウエハース・チーズ	
9 23	水	南蛮うどん	鶏肉	うどん・白砂糖・油		青菜・玉葱・人参	みりん・醤油・塩・かつお節	南蛮うどん
		きゅうりともやしの中華和え		白砂糖・ごま油		胡瓜・人参もやし	醤油・酢	きゅうりともやしの中華和え
			果物				果物	果物
		牛乳/ゆでとうもろこし	牛乳/	/とうもろこし			/塩	ゆでとうもろこし
10 24	木	ご飯	鶏肉	米			酒・醤油	軟飯
		鶏肉のごま焼き	鶏肉	白砂糖・白ごま			塩・酢	鶏肉のごま煮
		甘酢和え	生揚げ・みそ	白砂糖		キャベツ・胡瓜・人参	かつお節	甘酢和え
		みそ汁	牛乳/	/ピザソース・パン		南瓜・玉葱		みそ汁
		牛乳/ピザトースト					野菜ペーストサンド	
11 25	金	パン	魚	パン			酒・塩・ケチャップ	パン
		魚のフライ	魚	小麦粉・油・パン粉			醤油・塩	魚のケチャップ煮
		ブロッコリーサラダ		油		ブロッコリー・人参・コーン缶	かつお節	ブロッコリーサラダ
		キャベツのスープ	牛乳/わかめ	/米(ふりかけ)		キャベツ・玉葱・人参	醤油・塩・かつお節	キャベツのスープ
		牛乳/わかめおにぎり				/塩	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・午後牛乳を50cc飲んでます

○今月の使用予定果物: りんご・バナナ・オレンジ・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

