

日	曜 日	1～2歳児昼食	食 材				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	月	中華丼	豚肉	米・ごま油・片栗粉	人参・白菜・玉ねぎ・青梗菜	醤油・塩・酒	中華丼(軟飯)
		ほうれん草のおかか和え	糸けずり節		人参・青菜	塩・醤油	ほうれん草のおかか和え
		みそ汁	生揚げ・みそ		玉葱		みそ汁
		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
3 17	火	ドライカレー	豚肉	米・油(白砂糖)	玉葱・人参	中濃ソース・塩・ケチャップ・カレーの玉子粉(酒・みりん・醤油)	野菜のうま煮丼
		キャベツサラダ		白砂糖・ごま油	キャベツ・胡瓜・人参	醤油・酢	キャベツサラダ
		オニオンスープ	果物 ベーコン	油	玉葱	果物 醤油・塩・かつお節	オニオンスープ
		牛乳/スイートポテト	牛乳/牛乳	/さつま芋・白砂糖			スイートポテト
4 18	水	けんちんうどん	油揚げ・鶏肉	うどん・白砂糖・油	ごぼう・青菜・大根・玉葱・人参・しいたけ	みりん・醤油・塩・かつお節	けんちんうどん
		じゃが芋の甘辛煮	果物	じゃが芋・三温糖・油	人参	みりん・醤油	じゃがいもの甘辛煮
		牛乳/おかかおにぎり	牛乳/糸けずり節	/米		/塩・醤油	おかか粥
5 19	木	ご飯		米			軟飯
		鶏肉の香味焼き	鶏肉	白砂糖・ごま油	生姜・ニンニク・葱	醤油(酒・みりん)	鶏煮
		大根のツナ和え	ツナ缶	白砂糖・ごま油	大根・胡瓜	醤油・酢	大根のツナ和え
		清汁	豆腐		葱・えのきたけ	果物 醤油・塩・かつお節	清汁
6 20	金	牛乳/ジャムサンド	牛乳/	/パン・いちごジャム(野菜ペースト)			野菜ペーストサンド
		パン		パン			パン
		コロッケ	豚肉	小麦粉・パン粉・じゃが芋・油	玉葱	中濃ソース・塩(酒・みりん・醤油)	じゃがいも煮
		人参の甘煮		白砂糖	人参	塩	人参の甘煮
9	月	野菜スープ			青菜・玉葱	醤油・塩・かつお節	野菜スープ
		牛乳/ひじきおにぎり	牛乳/油揚げ、ひじき	/米・白砂糖・油	/人参	/醤油・かつお節	ひじき粥
		鶏そぼろ丼	鶏肉	米・白砂糖・油	人参	醤油・塩・酒	鶏そぼろ粥
		ほうれん草胡麻和え		白砂糖、白ごま	人参・青菜	醤油・塩	ほうれん草のごま和え
10 24	火	みそ汁	生揚げ・みそ		葱	かつお節	みそ汁
		牛乳/豆腐ドーナツ	牛乳/豆腐(チーズ)	/油・ホットケーキミックス・白砂糖(せんべい)			せんべい、チーズ
		ご飯		米			軟飯
		魚のあずま煮	魚	片栗粉・白砂糖・油	生姜	酒・みりん・醤油	魚のあずま煮
25	水	かぶの塩昆布和え	塩昆布	ごま油	かぶ・胡瓜・人参	塩	かぶの和え物
		みそ汁	わかめ・みそ		玉葱	果物 かつお節	みそ汁
		牛乳/シュガートースト	牛乳/	/パン・バター・砂糖(野菜ペースト)			野菜ペーストサンド
		チャンポン麺	豚肉	中華麺・ごま油(うどん)	キャベツ・生姜・玉葱・にら・人参・ニンニク・もやし	醤油・塩・かつお節	チャンポンうどん
12 26	木	かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉	片栗粉・白砂糖	南瓜	醤油・かつお節	かぼちゃのそぼろ煮
		牛乳/わかめおにぎり	牛乳/わかめ	/米(ふりかけ)		/塩	ふりかけご飯
		ご飯		米			軟飯
		豚肉のしょうが焼き	豚肉	白砂糖・油	生姜・玉葱	酒・醤油・塩	豚肉のうま煮
13 27	金	白和え	豆腐・みそ	白砂糖・白ごま	青菜・人参	醤油	白和え
		みそ汁	みそ	さつま芋	玉葱	果物 かつお節	みそ汁
		牛乳/マカロニきな粉	牛乳/きな粉(チーズ)	/白砂糖・マカロニ(ウエハース)			ウエハース、チーズ
		パン		パン			パン
		ハンバーグ	豚肉	片栗粉・パン粉・油	玉葱	中濃ソース・塩・トマトケチャップ	ハンバーグ
		ブロッコリー			ブロッコリー	塩	ブロッコリー
		ベーコンスープ	ゼリー ベーコン	油	人参・白菜	醤油・塩・かつお節	ベーコンスープ
		牛乳/ツナチャーハン	牛乳/ツナ缶	/ごま油	/人参・玉葱	/塩・醤油	ツナ粥

※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飲んでいきます

○今月の使用予定果物:りんご・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・かにばん・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

FEBRUARY
2月

