

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)
1 15	月	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	酒・醤油	鶏肉の柔らか煮
		小松菜のおかか和え	糸けずり節		人参・白菜・小松菜	醤油・かつお節	小松菜のおかか和え
		みそ汁	豆腐・みそ		葱	かつお節	みそ汁
2 16	火	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
		カレーライス	豚肉	米・じゃが芋・油	玉葱・人参	カレーの王子さま	野菜のあんかけ丼
		わかめサラダ	わかめ	白砂糖・ごま油	キャベツ・人参	醤油・酢	わかめサラダ
		もやしのスープ	ベーコン		葱・もやし	醤油・塩・かつお節	もやしのスープ
3 17	水	牛乳/さつま芋きな粉	牛乳/きな粉	/白砂糖	/さつま芋		さつま芋きな粉
		きつねうどん	油揚げ・鶏肉	うどん	玉葱・人参・青菜	みりん・醤油・かつお節	きつねうどん
		青のりポテト	青のり	じゃがいも		塩	青のりポテト
		牛乳/おかかおにぎり	牛乳/糸けずり節	/米		/醤油・塩	おかか雑炊
4 18	木	ご飯		米			軟飯
		豚肉のケチャップ炒め	豚肉	片栗粉・白砂糖・油	玉葱	ケチャップ	豚肉のケチャップ煮
		大根の甘酢和え		白砂糖・白ゴマ・油	人参・大根	酢・塩	大根の甘酢和え
		みそ汁	みそ		青菜・玉葱	かつお節	みそ汁
5 19	金	牛乳/ジャムサンド	牛乳/	/パン・いちごジャム			ジャムサンド
		パン		パン			パン
		魚の磯辺揚げ	魚・青のり	油・片栗粉		塩・酒(みりん・醤油)	魚の照り煮
		ブロッコリー			ブロッコリー	塩	ブロッコリー
8 22	月	大根のサイコロスープ	ベーコン	油	大根・玉葱・人参	醤油・塩・かつお節	大根のサイコロスープ
		牛乳/きのこの混ぜご飯	牛乳/鶏ひき肉	/油	/人参しめじ	/醤油・塩	きのこ混ぜご飯(軟飯)
		豚丼	豚肉	米・白砂糖	玉葱	醤油・酒・みりん	豚丼(軟飯)
		青菜のお浸し			人参・青菜	醤油・かつお節	青菜のお浸し
9 23	火	かぼちゃのみそ汁	油揚げ・みそ		南瓜・玉葱	かつお節	かぼちゃのみそ汁
		牛乳/マカロニきな粉	牛乳/きな粉	/白砂糖・マカロニ			マカロニきな粉
		ご飯		米			軟飯
		煮魚	魚	白砂糖	生姜	酒・醤油・みりん	煮魚
10 24	水	三色野菜のごま和え		白砂糖・白ごま	青菜・人参・もやし	醤油	三色野菜のごま和え
		みそ汁	生揚げ・みそ		大根	かつお節	みそ汁
		牛乳/シュガートースト	牛乳/	/パン・白砂糖・バター	/野菜ペースト		野菜のペーストサンド
		スパゲッティナポリタン	ベーコン・粉チーズ	スパゲッティ・油(うどん)	玉葱・人参・ピーマン	塩・トマトケチャップ	ミートソースうどん
11 25	木	コーンサラダ		白砂糖・油	キャベツ・ホールコーン缶・人参	塩・酢	コーンサラダ
		オニオンスープ	鶏肉	油	玉葱・ぶなしめじ	醤油・塩・かつお節	オニオンスープ
		牛乳/塩昆布おにぎり	牛乳/塩昆布	/米(ふりかけ)			ふりかけご飯
		キャロットライス		米・油	人参・ホールコーン缶	塩	キャロットライス(軟飯)
12 26	金	フライドチキン	鶏肉		生姜・ニンニク	酒・醤油(みりん)	鶏煮
		かぼちゃのサラダ		南瓜・白砂糖・油・マヨネーズ(卵不使用)	人参・胡瓜	塩・酢	かぼちゃのサラダ
		キャベツのスープ	ベーコン		キャベツ・人参	醤油・塩・かつお節	キャベツスープ
		牛乳/ホットケーキ・フルーツ盛合せ	牛乳/	/ホットケーキミックス	/いちご・バナナ・みかん		ホットケーキ・フルーツ盛合せ
1 2	土	中華丼	豚肉	米・片栗粉・ごま油・油	玉葱・ネギ・青菜・人参・白菜	酒・醤油・塩	中華丼(軟飯)
		もやしのナムル	ロースハム	白砂糖・ごま油	胡瓜・人参・もやし	醤油・酢	もやしのナムル
		わかめスープ	わかめ	片栗粉	葱	醤油・塩・かつお節	わかめスープ
		牛乳/ジャムサンドクラッカー	牛乳/(チーズ)	/ジャム・クラッカー(ウエハース)			ウエハース・チーズ
2 3	日	パン		パン			パン
		チキンカツ	鶏肉	小麦粉・パン粉・油(白砂糖)		中濃ソース・塩・ケチャップ(醤油・みりん)	鶏肉のうま煮
		コールスローサラダ		白砂糖	キャベツ・胡瓜・人参・レモン	塩	コールスローサラダ
		野菜スープ	ベーコン		玉葱・人参	醤油・塩・かつお節	野菜スープ
3 4	月	鮭おにぎり	牛乳/鮭	/米		/塩	鮭雑炊

※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・午後に牛乳を50cc飲んでいきます

○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

