

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	魚	米	生姜		酒 醤油	軟飯	
		煮魚		白砂糖	青菜 人参		醤油	煮魚	
		野菜のごま和え		白砂糖 白ごま	大根 玉葱		醤油 塩 かつお節	野菜のごま和え	
		清汁	わかめ					清汁	
		牛乳/マカロニきな粉	牛乳/きな粉(チーズ)	/マカロニ 白砂糖(ウエハース)			ウエハース、チーズ		
3 17	火	チキンカレー	鶏肉	米 じゃが芋 油	玉葱 人参		カレーの王子様 (トマトケチャップ)	軟飯	
		大根サラダ		白砂糖	胡瓜 大根 人参		醤油 酢	鶏肉と野菜のケチャップ煮	
		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 酢	大根サラダ
		牛乳/りんごジャムサンド	牛乳/	/パン りんごジャム	/ (野菜ペースト)		醤油 塩 かつお節	オニオンスープ	
		牛乳/りんごジャムサンド	牛乳/	/パン りんごジャム	/ (野菜ペースト)		野菜ペーストサンド		
4 18	水	きつねうどん	油揚げ わかめ 鶏肉	うどん 白砂糖	青菜 人参 葱		みりん 醤油 塩 かつお節 出し 昆布	きつねうどん	
		青のりポテト	青のり	じゃが芋			塩	青のりポテト	
			果物				果物	果物	
		牛乳/鮭おにぎり	牛乳/鮭	/米(ふりかけ)			/塩	ふりかけごはん	
5 19	木	ご飯	豆腐 ひじき 鶏肉	米	生姜 玉葱		醤油 塩 かつお節	軟飯	
		ひじき入りつくね		片栗粉 白砂糖 油	キャベツ 胡瓜 人参		醤油 酢	ひじき入りつくね	
		中華和え	ロースハム	白砂糖 ごま油	青菜 玉葱 えのきたけ	果物	かつお節	中華和え	
		みそ汁	果物	みそ				みそ汁	
		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(せんべい)			おせんべい、チーズ		
6 20	金	パン		パン				パン	
		ポークチャップ	豚肉	白砂糖 油	玉葱		醤油 塩 トマトケチャップ	豚肉のうま煮	
		コールスロー	ロースハム	白砂糖	胡瓜 キャベツ コーン 缶		塩 卵なし マヨネーズ 酢	コールスロー	
		野菜スープ	ゼリー		青菜 人参 玉葱		醤油 塩 かつお節	野菜スープ	
		牛乳/おかかおにぎり	牛乳/糸削り節	/米(ふりかけ)		/醤油	ふりかけごはん		
9 23	月	ご飯	豚肉	米	生姜 玉葱		酒 醤油 塩	軟飯	
		しょうが焼き		白砂糖 油	胡瓜 大根 人参 レモン		塩	豚肉のだし煮	
		さわやか漬		白砂糖	南瓜 玉葱		かつお節	さわやか漬	
		みそ汁	果物	生揚げ みそ				みそ汁	
		牛乳/ホットケーキ	牛乳/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		
10 24	火	鶏そぼろ丼	鶏肉	米 白砂糖 油	いんげん 玉葱 人参		醤油	鶏そぼろ丼	
		青菜のおかか和え	糸けずり節		人参 青菜		醤油 かつお節	青菜のおかか和え	
		清汁	豆腐		玉葱	果物	醤油 塩 かつお節	清汁	
		牛乳/お菓子盛り合わせ	牛乳/(チーズ)	/お菓子(せんべい)				おせんべい、チーズ	
11 25	水	しょうゆラーメン	豚肉	中華麺 ごま油(うどん)	青菜 コーン 缶 玉葱		醤油 塩 かつお節 出し 昆布	煮込みうどん	
		かぼちゃ甘煮		白砂糖	南瓜		醤油	かぼちゃ甘煮	
			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	
12 26	木	ご飯	鶏肉	米				軟飯	
		照り焼きチキン		白砂糖 油	胡瓜 キャベツ 人参		みりん 醤油 塩 かつお節	鶏肉のうま煮	
		キャベツの昆布和え	塩昆布	白砂糖	青菜 玉葱	果物	かつお節	キャベツの昆布和え	
		みそ汁	果物	じゃが芋				みそ汁	
		牛乳/いちごジャムサンド	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		
13 27	金	パン		パン				パン	
		フィッシュフライ	魚	パン粉(白砂糖)			酒 中濃ソース 塩(醤油)	煮魚	
		キャベツサラダ		白砂糖 油	キャベツ 人参 胡瓜		塩 酢	キャベツサラダ	
		野菜スープ	ゼリー	ベーコン	玉葱 ちんげん菜 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(ふりかけ)		/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・午後に牛乳を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(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

