

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 29	月	ご飯	生揚げ・豚肉(豆腐)	片栗粉・白砂糖・ごま油 ごま油	生姜・玉葱・にら・人参・ニンニク キャベツ・胡瓜 青菜・玉葱	酒・みりん・醤油・塩 塩、鶏ガラスープ 醤油、塩、かつお節	軟飯			
		生揚げの中華炒め					豆腐の野菜煮			
		キャベツと胡瓜の旨塩和え					キャベツと胡瓜の和え物			
		清汁					清汁			
		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(ウエハース)			ウエハース/チーズ			
2 16 30	火	ご飯	魚	米 白砂糖 白砂糖・白ごま 油	生姜 人参・小松菜 ごぼう・大根・人参・玉葱	酒・醤油 醤油 かつお節	軟飯			
		煮魚					煮魚			
		小松菜のごま和え					小松菜のごま和え			
		豚汁					豚汁			
		牛乳/フライドポテト	牛乳/	/油・じゃが芋		/塩	粉ふき芋			
3 17	水	スパゲッティナポリタン	ロースハム・粉チーズ	スパゲッティ・白砂糖・油(うどん) 白砂糖・油	玉葱・ピーマン キャベツ・胡瓜・人参	塩・トマトケチャップ 塩・酢	煮込みうどん			
		フレンチサラダ					フレンチサラダ			
		チキンスープ					鶏肉	玉葱・人参	醤油・塩、かつお節	
		牛乳/鮭おにぎり					牛乳/鮭	/米・ふりかけ		
4 18	木	ご飯	鶏肉	米 (片栗粉) 白砂糖・ごま油	青菜・大根・人参 玉葱	酒・みりん・醤油 醤油・塩・酢 かつお節	軟飯			
		鶏肉の照り焼き					鶏煮			
		華風大根					華風大根			
		みそ汁					みそ汁			
		牛乳/シュガートースト	牛乳/	/グラニュー糖・バター・パン	/(野菜ペースト)		野菜ペーストサンド			
5 19	金	パン	鶏ひき肉	パン 油・白砂糖・パン粉	玉葱 胡瓜 チンゲン菜・人参	塩・トマトケチャップ・ウースターソース 塩 醤油・塩、かつお節	パン			
		ハンバーグ					ハンバーグ			
		スティック胡瓜					スティック胡瓜			
		チンゲン菜スープ					チンゲン菜スープ			
		牛乳/五平もち	牛乳/みそ	/米・白砂糖(ふりかけ)		/酒・みりん	ふりかけご飯			
8 22	月	ブルコギ丼	豚肉	米・白砂糖・ごま油 (片栗粉) 白砂糖・ごま油	玉葱・人参・ニンニク・ピーマン キャベツ・胡瓜・切干大根・人参 えのきたけ・ぶなしめじ	酒・みりん・醤油・塩 醤油・酢 醤油・塩、かつお節	軟飯			
		切干大根サラダ					豚肉と野菜のうま煮			
		豆腐ときのこのスープ					切干大根サラダ			
		牛乳/いちごジャムサンド					豆腐ときのこのスープ			
		牛乳/	牛乳/	/いちごジャム・パン	/(野菜ペースト)		野菜ペーストサンド			
9	火	ご飯	魚	米 片栗粉・油 白砂糖・油	生姜 人参 南瓜・青菜	酒・醤油 酒・醤油 かつお節	軟飯			
		魚の竜田揚げ					煮魚			
		ひじきの煮物					ひじきの煮物			
		みそ汁					みそ汁			
		牛乳/チーズホットケーキ	牛乳/チーズ	/牛乳・ホットケーキミックス(せんべい)			せんべい、チーズ			
10 24	水	しょうゆラーメン	豚肉	生中華麺・ごま油(うどん) 白砂糖・ごま油	青菜・ホールコーン缶・葱 キャベツ・人参	醤油・塩、かつお節 醤油	肉うどん			
		わかめのナムル					わかめのナムル			
		牛乳/おかかおにぎり					牛乳/削り節	/米(ふりかけ)		/醤油、塩
11 25	木	チキンカレー	鶏肉	米・じゃが芋・油(片栗粉) 白砂糖・油	玉葱・人参 胡瓜・人参 青菜・玉ねぎ	カレーの王子様 塩・酢 醤油・塩、かつお節	野菜のあんかけ丼			
		キャロットサラダ					キャロットサラダ			
		青菜と玉ねぎスープ					青菜と玉ねぎスープ			
		牛乳/お菓子盛り合わせ					牛乳/(チーズ)	/お菓子(せんべい)		
12 26	金	パン	鶏肉	パン 小麦粉・油 油	生姜・ニンニク 青菜・ホールコーン缶・人参	酒・塩・醤油 醤油・塩 醤油・塩、かつお節	パン			
		フライドチキン					鶏肉のやわらか煮			
		青菜のコーンソテー					青菜のコーンソテー			
		キャベツスープ					キャベツスープ			
		牛乳/二色おはぎ風おにぎり	牛乳/きな粉	/米・白砂糖・黒ごま(ふりかけ)			ふりかけご飯			

※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・なし(入荷状況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

