

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)		
25	月	ご飯	鶏肉	米	生姜にんにく いんげん、大根、人参 南瓜、玉葱、人参	酒、醤油 醤油、塩、かつお節 かつお節	軟飯		
		鶏肉の香味焼き		白砂糖、ごま油			鶏煮		
		大根の煮物		白砂糖、ごま油			大根の煮物		
		みそ汁		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(おせんべい)			おせんべい、チーズ		
12	火	チキンピラフ	鶏肉	米、油	玉ねぎ、人参 胡瓜	塩、醤油 酢	チキンピラフ		
		きゅうりとツナのサラダ		油、白砂糖			きゅうりとツナのサラダ		
		青菜と人参のスープ		果物			青菜と人参のスープ	果物	
		牛乳／ジャムサンドクラッカー		牛乳／牛乳(チーズ)			／クラッカー、ジャム(ウエハース)		ウエハース、チーズ
13 27	水	五目うどん	豚肉	うどん	青菜、玉葱、人参、 南瓜	みりん、醤油、塩、かつお節、出し 醤油	五目うどん		
		かぼちゃのそぼろ煮		鶏肉			片栗粉、白砂糖	かぼちゃのそぼろ煮	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)		ふりかけご飯
14 28	木	焼き鳥丼	鶏肉	油、白砂糖	キャベツ、胡瓜、人参 人参、玉ねぎ	醤油、塩、みりん 醤油、酢	焼き鳥丼		
		塩昆布和え		塩昆布			白砂糖、ごま油	塩昆布和え	
		清汁		果物			清汁	果物	
		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
1 15 29	金	パン	魚	パン	玉葱 キャベツ、人参、コーン缶	酒、塩、ケチャップ、ウスターソース(醤油、みりん) 塩、酢 塩、醤油、かつお節	パン		
		魚のバーベキューソースかけ		片栗粉、白砂糖、油			煮魚		
		コールスローサラダ		白砂糖			コールスローサラダ		
		玉ねぎと人参のスープ		油			玉ねぎと人参のスープ	ヨーグルト	
		牛乳／わかめおにぎり	牛乳／わかめ	／米、(ふりかけ)			ふりかけご飯		
4 18	月	麻婆丼	豆腐、豚肉、みそ	米、片栗粉、白砂糖、ごま油	生姜にら、葱 キャベツ、胡瓜、人参 チンゲン菜、玉ねぎ	酒、醤油 塩、酢 醤油、塩、かつお節	麻婆丼		
		中華サラダ		白砂糖、ごま油			中華サラダ		
		チンゲン菜のスープ		チンゲン菜			チンゲン菜のスープ	ヨーグルト	
		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
5 19 26	火	ご飯	魚	米	胡瓜、人参 玉葱、なす	酒、みりん、醤油 醤油、酢 かつお節	軟飯		
		魚の照り煮					魚の照り煮		
		きゅうりとツナの中華和え		ツナ缶			白砂糖、ごま油	きゅうりとツナの中華和え	果物
		みそ汁		みそ			みそ汁	果物	
		牛乳／りんごジャムサンド	牛乳／	／パン、りんごジャム			野菜ペーストサンド		
6 20	水	肉うどん	豚肉	うどん	人参、玉ねぎ	みりん、醤油、塩、かつお節、出し 塩	肉うどん		
		青のりポテト		青のり			じゃがいも	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
7 21	木	ご飯	豚肉	米	玉葱にんにく 青菜、人参 玉葱、人参	酒、醤油、塩 醤油、かつお節 醤油、塩、かつお節	軟飯		
		豚肉のガーリック焼き		白砂糖、油			豚肉のうま煮		
		青菜のお浸し		けずり節			青菜のお浸し		
		春雨スープ		春雨			春雨スープ	果物	
		牛乳／シュガートースト	牛乳／	／パン、白砂糖			野菜ペーストサンド		
8 22	金	パン	鶏肉、ヨーグルト	パン	玉ねぎ、にんにく キャベツ、胡瓜、人参 玉ねぎ、人参	醤油、塩、カレー粉 塩、酢 醤油、塩、かつお節	パン		
		タンドリーチキン		油			鶏煮		
		キャベツサラダ		白砂糖、油			キャベツサラダ		
		コロコロスープ		じゃがいも、油			コロコロスープ	ヨーグルト	
		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・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

