

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)	
14 28	月	ご飯	魚	米			酒・みりん・醤油	軟飯	
		煮魚	魚	米			醤油・かつお節	煮魚	
		青菜のおかか和え	糸けずり節	じゃが芋	青菜・人参		醤油・かつお節	青菜のおかか和え	
		みそ汁	みそ				かつお節	みそ汁	
牛乳/マカロニきな粉		牛乳/きな粉(チーズ)	/マカロニ・白砂糖(おせんべい)				おせんべい、チーズ		
1 15	火	ご飯	豚肉	米			酒・醤油・かつお節	軟飯	
		肉じゃが	豚肉	じゃが芋・白砂糖・油	玉葱・人参		醤油・塩	肉じゃが	
		即席漬け	豆腐・わかめ・みそ		青菜・胡瓜・人参		かつお節	即席漬け	
		みそ汁	みそ					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		
2 16 30	水	五目うどん	油揚げ・鶏肉	うどん	青菜・玉葱・人参		みりん・醤油・塩・かつお節・出し昆布	五目うどん	
		かぼちゃの甘煮	果物	白砂糖	南瓜	果物	醤油・塩・かつお節	かぼちゃの甘煮	
		牛乳/おかかおにぎり	牛乳/糸けずり節	/米・白砂糖(ふりかけ)			/醤油	ふりかけごはん	
		ご飯	豚肉	米			酒・醤油・塩	軟飯	
3 17	木	豚肉のしょうが焼き	豚肉	米	生姜・玉葱		醤油・塩	豚肉のうま煮	
		キャベツのお浸し	糸けずり節	白砂糖・油	キャベツ・人参		醤油・かつお節	キャベツのお浸し	
		みそ汁	みそ		青菜・大根・玉葱	果物	かつお節	みそ汁	
		牛乳/りんごジャムサンド	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	
4 18	金	パン	鶏肉	パン	玉葱		中濃ソース・塩・トマケチャップ	パン	
		ハンバーグ	鶏肉	片栗粉・白砂糖・油	玉葱		塩・酢	ハンバーグ	
		キャロットサラダ	ベーコン	白砂糖・油	胡瓜・キャベツ・人参		醤油・塩・かつお節	キャロットサラダ	
		野菜スープ	ゼリー		キャベツ・玉葱			野菜スープ	
牛乳/鶏そぼろおにぎり		牛乳/鶏そぼろ	/米(ふりかけ)			/醤油・塩	ふりかけごはん		
7 21	月	ご飯	魚	米			酒・醤油	軟飯	
		魚の竜田揚げ	魚	片栗粉・油	生姜		醤油・かつお節	煮魚	
		青菜の磯和え	のり		人参・もやし・青菜		かつお節	青菜の磯和え	
		根菜みそ汁	豆腐・みそ		大根・人参・玉葱			根菜みそ汁	
牛乳/ジャムサンドクラッカー		牛乳/(チーズ)	/クラッカー・ジャム(おせんべい)				おせんべい、チーズ		
8 22	火	マーボー丼	豆腐・豚肉・みそ	米・片栗粉・白砂糖・ごま油	生姜・人参・葱		酒・醤油	マーボー丼	
		春雨サラダ	ハム	白砂糖・ごま油・春雨	胡瓜・人参		醤油・酢	春雨サラダ	
		みそ汁	みそ		玉葱・青菜	果物	醤油・塩・かつお節	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	
9 23	水	みそ煮込みうどん	みそ・鶏肉	うどん	玉葱・人参・青菜		醤油・みりん・かつお節・出し昆布	みそ煮込みうどん	
		青のりポテト	果物	青のり	じゃが芋	果物	塩	青のりポテト	
		牛乳/若菜おにぎり	牛乳/	/米(ふりかけ)	/若菜		/塩	ふりかけごはん	
		カレーライス	豚肉	米・じゃが芋・油(片栗粉)	玉葱・人参		カレーの王子様	野菜のあんかけ丼	
10 24	木	コールスローサラダ		白砂糖	キャベツ・胡瓜・人参・コーン缶・卵なしマヨネーズ		酢	コールスローサラダ	
		チンゲン菜のスープ	果物	ハム	玉葱・チンゲン菜	果物	醤油・塩・かつお節	チンゲン菜のスープ	
		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	
		パン	鶏肉	パン			みりん・醤油・トマケチャップ	パン	
11 25	金	チキンソテー	鶏肉	白砂糖・油	キャベツ・ホールコーン缶・人参		塩・酢	チキンソテー	
		コーンサラダ		油	玉葱・ふなしめじ		醤油・塩・かつお節	コーンサラダ	
		オニオンスープ	ゼリー	ベーコン				オニオンスープ	
		牛乳/鮭おにぎり	牛乳/鮭	/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・午後牛乳を50cc飲んでます

○今月の使用予定果物: 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

