

| 日付 | 10時 おやつ (乳児) | 献立 (主食は乳児のみ) | 材料名 | | | | 3時おやつ | エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児 |
|---------------|--------------------|------------------------------------|--|--|---|----------------------------------|-----------------------------|--|
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | 調味料 | | |
| 1月 | せんべい | ごはん、牛乳、チンジャオロース、さつまいもの風味和え、くだもの | さつまいも、Oしょうゆせんべい、マヨネーズ、油、こま、片栗粉、砂糖、米、◎しょうゆせんべい | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、牛肉(もも)、ハム | みかん、だけのこ(ゆで)、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、ピーマン、ねぎ | 酒、しょうゆ、食塩 | ヨーグルトせんべい | 4162(507) 18.3(18.2) 16.6(13.7) 1.4(1.3) |
| 2火 | ビスケット | ごはん、豆腐ハンバーグ、小松菜の納豆あえ、くだもの | Oじゃがいも、O片栗粉、パン粉、油、O砂糖、Oバター、米、◎ビスケット | O牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、納豆、卵、牛乳、しらす干し | バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、O焼きのり | 中濃ソース、ケチャップ、しょうゆ、食塩、Oしょうゆ | 牛乳 芋おやき | 3909(459) 18.8(17.2) 16.6(13.3) 1.1(0.9) |
| 3水 | せんべい | ごはん、マーボー豆腐、わかめスープ、くだもの | O(給)原宿ドックミニ(チーズCa)、油、焼酎、こま、米、◎しょうゆせんべい | O牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ゆで大豆 | グレープフルーツ、ねぎ、にんじん、だけのこ(ゆで)、こまつな、コーン(冷凍)、にち、しいたけ、カットわかめ | マーボー豆腐の素(レトルトパウチ)、洋風だしの素、食塩、こしょう | 牛乳 (給)原宿ドック(チーズCa) | 4180(503) 19.9(18.7) 22.7(19.2) 1.8(1.6) |
| 4木 | ビスケット | ごはん、シーフードシチュー、もやしサラダ、くだもの | じゃがいも、O片栗粉、O砂糖、油、こま、米、◎ビスケット | O牛乳、O豆腐、シーフードミックス、牛乳、ハム、Oきな粉 | キウイフルーツ、もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ、コーン(冷凍)、エリンギ | シチューミックスクリーム、酢、しょうゆ、O食塩 | 牛乳 豆乳もち | 444.5(502) 19.8(17.9) 17.7(14.2) 2.2(1.8) |
| 5金 | せんべい | ごはん、牛乳、鶏肉のトマトソース煮、ミモザサラダ、くだもの | さつまいも、マヨネーズ、油、片栗粉、砂糖、米、◎しょうゆせんべい、◎しょうゆせんべい | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、卵、Oすまめ | バナナ、キャベツ、レタス、トマト、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、しめじ、きゅうり、パセリ、カットわかめ | ケチャップ、酒、洋風だしの素、食塩、こしょう | ヨーグルト ずるめ(未満児せんべい) | 3729(474) 23.6(18.4) 14.7(12.0) 1.5(1.3) |
| 6土 | せんべい | ごはん、牛乳、ひき肉カレー、ブロッコリーサラダ、くだもの | じゃがいも、Oしょうゆせんべい、油、こま、米、◎しょうゆせんべい | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、鶏ひき肉 | ブロッコリー、バナナ、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍) | カレールー、酢、しょうゆ | ヨーグルト せんべい | 445.6(524.0) 18.4(18.1) 18.3(15.0) 2.3(2.0) |
| 8月 | ビスケット | ごはん、牛乳、鶏肉のみそマヨ焼き、切り干し大根入り中華あえ、くだもの | Oビスケット、マヨネーズ、こま、油、こま、米、◎ビスケット | Oシヨア(マスカット)、牛乳、鶏もも肉、ハム、米みそ(赤色辛みそ) | グレープフルーツ、ほうれんそう、コーン(冷凍)、きゅうり、切り干しだいこん | しょうゆ | 飲むヨーグルト ビスケット | 343.3(456) 23.0(22.3) 13.8(12.1) 1.3(1.1) |
| 9火 | せんべい | ごはん、煮魚、ブロッコリーの衣揚げ、くだもの | O米、小麦粉、油、砂糖、米、◎しょうゆせんべい | O牛乳、かじき、卵、ハム | グレープフルーツ、ブロッコリー、Oにら、ハセリ、しょうゆ | しょうゆ、酒、みりん、洋風だしの素、和風だしの素 | 牛乳 おにぎり(にら) | 409.9(472) 21.1(18.9) 14.6(11.3) 1.1(0.9) |
| 10水 | ビスケット | ごはん、ハヤシライス、ほうれんそうのさっと煮、くだもの | 油、米、◎ビスケット | O牛乳、豚肉(肩)、油揚げ | ほうれんそう、たまねぎ、りんご、にんじん、ホールトマト缶詰、しめじ、グリーンピース(冷凍) | ハヤシルー、みりん、しょうゆ、和風だしの素 | 牛乳、(給)お米deスイーツポテト | 431.0(507) 17.4(16.4) 20.7(16.9) 2.3(1.9) |
| 建国記念の日 | | | | | | | | |
| 12金 | ビスケット | ごはん、牛乳、豚肉のカレーみそ炒め、コールスロー、くだもの | Oふがし、マヨネーズ、油、米、◎ビスケット、Oしょうゆせんべい | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、豚肉(肩ロース)、ヨーグルト(無糖)、ハム、米みそ(赤色辛みそ) | オレシ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、きゅうり、コーン(冷凍)、にんにく、しょうが | 酒、みりん、食塩、カレー粉 | ヨーグルト ふがし(未満児せんべい) | 416.0(523) 20.5(19.5) 22.4(18.7) 1.6(1.5) |
| 13土 | せんべい | ごはん、牛乳、煮込みハンバーグ、ツナあえ、くだもの | Oしょうゆせんべい、砂糖、米、◎しょうゆせんべい | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、(給)FMハンバーグ、ツナ水煮缶 | バナナ、チンゲンサイ、にんじん、カットわかめ | ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、酢 | ヨーグルト せんべい | 378.3(469) 20.2(18.5) 13.4(10.2) 2.1(1.8) |
| 15月 | せんべい | ごはん、牛乳、チキンカレー、わかめサラダ、くだもの | じゃがいも、Oしょうゆせんべい、油、米、◎しょうゆせんべい | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、ゆで大豆、ハム、ツナ水煮缶 | オレシ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、カットわかめ | カレールー、酢、しょうゆ | ヨーグルト せんべい | 399.5(494) 20.1(19.6) 15.7(13.0) 2.7(2.3) |
| 16火 | ビスケット | ごはん、焼き魚、どさんこ汁、くだもの | Oさつまいも、じゃがいも、O油、バター、米、◎ビスケット | O牛乳、さけ、米みそ(赤色辛みそ)、豚肉(肩ロース) | バナナ、もやし、にんじん、コーン(冷凍)、ねぎ、カットわかめ | 和風だしの素、O食塩、食塩 | 牛乳 さつまスティック | 369.3(442) 20.5(18.5) 12.2(9.8) 1.4(1.1) |
| 17水 | せんべい | ごはん、からあげ、ひじきの炒り煮、くだもの | Oあんパン(薄皮タイプ)、しらす、油、片栗粉、砂糖、米、◎しょうゆせんべい | O牛乳、鶏もも肉、ゆで大豆、凍り豆腐 | グレープフルーツ、にんじん、りんご、ひじき、干しいたけ | しょうゆ、酒、和風だしの素 | 牛乳 ミニパン | 409.9(441) 22.1(18.9) 17.0(13.0) 1.5(1.2) |
| 18木 | ビスケット | ごはん、焼きそば、ブロッコリーの白和え風、くだもの | ゆで中華めん、Oマカロニ、マヨネーズ、O砂糖、油、こま、米、◎ビスケット | O牛乳、豚肉(肩)、いか、カットチーズ、Oきな粉 | りんご、ブロッコリー、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン(冷凍)、あおのり | 中濃ソース、O食塩、食塩 | 牛乳 マカロニあべかわ | 443.1(376) 21.1(17.1) 16.4(12.9) 1.4(1.2) |
| 19金 | せんべい | ごはん、牛乳、カレー卵焼き、マカロニのクリーム煮、くだもの | O(給)マスカットゼリー(鉄)、じゃがいも、マカロニ、油、米、Oしょうゆせんべい、◎しょうゆせんべい | 牛乳、卵、鶏ひき肉、ベーコン | みかん、たまねぎ、にんじん、エリンギ | シチューミックスクリーム、ケチャップ、カレー粉、食塩 | (給)マスカットゼリー(鉄) (未満児せんべい) | 399.1(466) 15.8(16.1) 16.8(13.9) 1.5(1.4) |
| 20土 | せんべい | ごはん、牛乳、マーボー豆腐、さつまいもの甘煮、くだもの | さつまいも、Oしょうゆせんべい、油、砂糖、米、◎しょうゆせんべい | 牛乳、絹ごし豆腐、Oヨーグルト(加糖)、豚ひき肉 | バナナ、たまねぎ、にんじん、えのきだけ | マーボー豆腐の素(レトルトパウチ)、食塩 | ヨーグルト せんべい | 432.2(520.7) 17.9(17.8) 15.0(12.4) 1.3(1.2) |
| 22月 | ビスケット | ごはん、牛乳、きのこスパゲティ、大根ツナサラダ、くだもの | O(給)プリン(卵乳不使用)、スパゲティ、油、バター、こま油、砂糖、米、◎ビスケット | 牛乳、ベーコン、ツナ水煮缶 | グレープフルーツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、しめじ、きゅうり、エリンギ、もやし、ピーマン | しょうゆ、酢、食塩、こしょう | (給)プリン(卵乳不使用) | 373.2(332) 12.9(10.6) 14.4(11.5) 1.7(1.4) |
| 天皇誕生日 | | | | | | | | |
| 24水 | ビスケット | ごはん、肉豆腐、青菜のえのきあえ、くだもの | 砂糖、油、こま油、米、O甘せんべい、◎ビスケット | O牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、しらす干し | たまねぎ、バナナ、こまつな、きびだ、ねぎ、にんじん、えのきだけ | しょうゆ、酒、和風だしの素 | 牛乳 かりんとう (未満児せんべい) | 368.9(437) 18.5(16.7) 16.5(12.4) 2.0(1.7) |
| 25木 | せんべい | ごはん、柳川風煮、マカロニサラダ、くだもの | O片栗粉、マヨネーズ、マカロニ、油、砂糖、◎こま油、米、◎しょうゆせんべい | O牛乳、卵、豚肉(肩)、O卵、ハム、Oツナ水煮缶、チーズ、凍り豆腐 | みかん、たまねぎ、にんじん、りんご、ほうれんそう、Oはくさい、こぼろ、コーン(冷凍)、きゅうり、Oねぎ、Oにら | 酒、しょうゆ、和風だしの素、O食塩 | 牛乳 にらチヂミ | 453.9(507) 19.4(17.6) 22.3(17.5) 1.4(1.2) |
| 26金 | ビスケット | ごはん、牛乳、魚の天ぷら、ジャーマンポテト、くだもの | じゃがいも、小麦粉、油、バター、こま、米、◎ビスケット | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、かじき、卵、ベーコン、ゆで大豆 | バナナ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、しいたけ、しょうが、しそ | しょうゆ、食塩、こしょう | ヨーグルト | 409.4(497) 20.7(19.9) 17.2(14.6) 1.0(0.9) |
| 27土 | ビスケット | ごはん、牛乳、ハヤシライス、ブロッコリーサラダ、くだもの | Oしょうゆせんべい、油、こま、米 | 牛乳、Oヨーグルト(加糖)、豚肉(肩) | たまねぎ、ブロッコリー、バナナ、ホールトマト缶詰、にんじん、しめじ、グリーンピース(冷凍) | ハヤシルー、酢、しょうゆ | ヨーグルト せんべい | 443.9(534.5) 18.8(18.9) 19.6(16.9) 2.9(2.4) |

※麺の日は、持参するごはんの量を加減してください。

| | | | | | | | | |
|-----|------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|--|---|------------|--|
| 行事食 | せんべい | キャロットライス、ドライカレー、わかめとじゃこのサラダ、くだもの | 米、O米、O砂糖、砂糖、油、Oすりこごま、こま油、◎しょうゆせんべい | O牛乳、豚ひき肉、ゆで大豆、O米みそ(赤色辛みそ)、しらす干し | みかん、だいこん、きゅうり、にんじん、たまねぎ、トマトジュース、マッシュルーム缶、グリーンピース(冷凍)、しょうが、カットわかめ | ケチャップ、Oみりん、カレールー、酢、しょうゆ、ウスターソース、洋風だしの素、酒、食塩 | 牛乳 五平もち | 591.8(503) 20.5(17.0) 18.4(14.8) 2.8(2.4) |
|-----|------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|--|---|------------|--|

～～食材の調達や保育園の行事等の事情により、献立が変更になる場合があります。～～