

日付	10時 おやつ (乳児)	献立 (主食は乳児のみ)	材料名				(○は午後おやつ)	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1食未満)
			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			
2月	ビスケット	ごはん、小松菜チキンバーグ、 ひじきの炒り煮、くだもの	〇カステラ、しらたき、油、 片栗粉、砂糖、米、○ビス ケット	〇牛乳、鶏むき肉、ゆで大 豆、凍り豆腐	グレープフルーツ、こまつ な、にんじん、たまねぎ、 いんげん、ひじき、干しいた け、しょうが	しょうゆ、和風だしの素、中 華だしの素、食塩	牛乳 カステラ	4162(439.8) 206(18.2) 17.6(14.1) 1.4(1.1)	
3火	せんべい	ごはん、魚のきのこあんかけ、 ほうれんそうのおかかあえ、 くだもの	〇お好み焼き粉、片栗粉、 油、〇こま油、砂糖、 米、○しょうゆせんべい	〇牛乳、かれい、〇豚むき 肉、〇チーズ、かつお節、〇 かつお節	バナナ、もやし、ほうれんそ う、〇キャベツ、〇れんこ ん、にんじん、たまねぎ、し めじ、えのきだけ、ピーマ ン、〇あおりのり	しょうゆ、〇中濃ソース、中 華だしの素	牛乳 ジャキヤキれん ごんお好み焼き	4026(473.6) 23.1(21.2) 17.1(14.1) 2.1(1.7)	
4水 かみかみ メニュー	ビスケット	ごはん、牛乳、 鶏肉のコーンフレーク揚げ、 変わりきんぴら、くだもの	しらたき、コーンフレーク、 小麦粉、油、パン粉、砂糖、 こま油、こま、米、○ビス ケット、〇しょうゆせんべい	〇シヨア(ストロベリー)、 牛乳、鶏むね肉、豚肉(もも)	キウイフルーツ、にんじん、 いんげん、〇(給)カミカミ 豆腐、切り干しだいこん	グチャップ、しょうゆ、みり ん、おろししょうが、食塩	飲むヨーグルト (給)カミカミ昆布 (未満児せんべい)	3708(463.7) 24.3(22.6) 11.3(9.8) 1.3(0.9)	
5木	せんべい	ごはん、柳川風煮、コーンサラダ、 くだもの	〇じゃがいも、〇油、油、砂 糖、米、○しょうゆせんべい	〇牛乳、豚、豚肉(肩)、凍り 豆腐	バナナ、キャベツ、たまね ぎ、コーン(冷凍)、にんじ ん、ほうれんそう、ごぼう、 きゅうり	しょうゆ、酢、酒、和風だし の素、〇食塩	牛乳 フライドポテト	3689(446.7) 16.9(16.3) 19.3(15.8) 1.3(1.1)	
6金	ビスケット	ごはん、牛乳、ナポリタン、 グリーンサラダ、くだもの	〇(給)国産いちごみかんの 2色ゼリー(鉄・Ca・VC)、 〇スナック菓子、〇しょう ゆせんべい、油、こま、米、 ○ビスケット	牛乳、豚ひき肉、粉チーズ	オレンジ、レタス、たまね ぎ、ホールトマト缶、トマ ト、ピーマン、にんじん、 きゅうり、エリンギ	グチャップ、みりん、酢、 しょうゆ	〈給)国産いちごこ みかんの2色ゼリー (鉄・Ca・VC) せんべい	401.4(352.8) 15.4(13.0) 12.6(10.6) 1.5(1.2)	
7土	せんべい	ごはん、ひき肉カレー、 ブロッコリーサラダ、くだもの	じゃがいも、〇しょうゆせん べい、油、こま、米、○し ょうゆせんべい	〇牛乳、鶏むき肉	ブロッコリー、オレンジ、た まねぎ、にんじん、コーン (冷凍)	S&Bアレックサンプリーカー レーク、酢、しょうゆ	牛乳 せんべい	3902(441.6) 16.6(15.5) 18.2(14.9) 2.2(1.7)	
9月	せんべい	ごはん、煮魚、ジャーマンポテト、 くだもの	じゃがいも、〇(給)原産 ドックミニ(チーズCa)、砂 糖、油、米、○しょうゆせん べい	〇牛乳、かじき、〈給)無塩 せきショルダーベーコン、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	しょうゆ、酒、みりん、和風 だしの素、食塩、こしょう	牛乳 〈給)原産ドック (チーズCa)	399.0(495.5) 21.6(20.7) 18.0(16.2) 1.2(1.0)	
10火	ビスケット	ごはん、わかめうどん、ちぐさあえ、 くだもの	ゆでうどん、〇米、はるさ め、砂糖、〇こま、こま、 米、○ビスケット	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、〇 さけ	オレンジ、もやし、ほうれん そう、たまねぎ、きゅうり、 にんじん、ねぎ、干しいた け、カットわかめ	しょうゆ、酢、和風だしの素	牛乳 おにぎり (鮭コマ)	397.1(346.0) 15.9(13.3) 9.9(8.3) 2.1(1.8)	
11水 行事食	せんべい	キャロットライス、牛乳、 手作りハンバーグ、和風パスタサラダ、 わかめスープ、くだもの	米、〇(給)新農民の日テ ザート、〇しょうゆせんべ い、マカロニ・スナック菓子、 パン粉、油、こま油、こま、 砂糖、○しょうゆせんべい	牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬 缶、〈給)無塩せきショール ダーベーコン	塩辛メロン、にんじん、たま ねぎ、きゅうり、ねぎ、カッ トわかめ	中濃ソース、グチャップ、 しょうゆ、食塩、酢、洋風だ しの素、酒、こしょう	〈給)新農民の日 デザート せんべい	622.7(507.1) 26.0(20.9) 22.9(18.6) 2.2(1.6)	
12木	ビスケット	ごはん、マーボー豆腐、 チンゲンサイの骨太あえ、 くだもの	〇食パン、油、〇マーガリ ン、砂糖、こま、米、○ビス ケット	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき 肉、ゆで大豆、油揚げ、しら す干し	チンゲンサイ、キウイフル ーツ、にんじん、ねぎ、たけの こ(ゆで)、にら、しいた け、いちじく、ジャム	マーボー豆腐の素(レトルト パウチ)、しょうゆ	牛乳 ジャムサンド	383.2(460.3) 20.0(18.8) 19.9(16.7) 1.6(1.3)	
13金	せんべい	ごはん、牛乳、カレー肉じゃが、 ブロッコリーの白和え風、 くだもの	じゃがいも、しらたき、マヨ ネーズ、砂糖、油、こま、米、 〇しょうゆせんべい、○し ょうゆせんべい	牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、 豚肉(肩ロース)、カットチ ーズ、〇いわし(缶詰)	グレープフルーツ、ブロッ コリー、たまねぎ、にんじん、 コーン(冷凍)、いんげん	しょうゆ、みりん、和風だし の素、カレー粉、食塩	ヨーグルト 小魚 (未満児せんべ い)	351.7(440.1) 18.9(16.8) 16.3(12.6) 1.6(1.3)	
14土	せんべい	ごはん、煮魚、ツナあえ、 くだもの	〇しょうゆせんべい、マヨド ネーズ、砂糖、米、○しょう ゆせんべい	〇牛乳、かれい、ツナ油漬 缶	チンゲンサイ、オレンジ、に んじん、しょうが、カットわ かめ	しょうゆ、酒、みりん、和風 だしの素	牛乳 せんべい	327.5(391.4) 21.2(19.2) 13.7(11.3) 1.5(1.1)	
16月	ビスケット	ごはん、牛乳、中華風卵焼き、 小松菜の納豆あえ、くだもの	油、砂糖、片栗粉、はるさ め、こま油、米、○ビスケッ ト、〇しょうゆせんべい	〇シヨア(マスカット)、牛 乳、豚、ツナ油漬缶、納豆、 〇(給)いもけんぴパッ ジ、しらす干し	バナナ、こまつな、にんじ ん、たまねぎ、しいたけ、 グリンピース(冷凍)	しょうゆ、酒、中華だしの素	飲むヨーグルト (給)いもけんぴパ リッジョ (未満児せんべい)	374.8(468.4) 22.6(21.3) 17.1(14.1) 1.6(1.3)	
17火	せんべい	ごはん、タンドリーチキン、 五目あえ、くだもの	〇米、砂糖、マヨドレ、〇こ ま油、こま、米、○しょう ゆせんべい	〇牛乳、鶏もも肉、〇しらす 干し、油揚げ	オレンジ、もやし、ほうれん そう、たまねぎ、コーン(冷 凍)、にんじん、にんにく、 しょうが	しょうゆ、〇しょうゆ、ケ チャップ、食塩、カレー粉	牛乳 じゃこおにぎり	391.3(464.6) 23.1(21.2) 13.2(11.0) 1.4(1.2)	
18水	ビスケット	ごはん、豚肉と春雨の中華炒め、 ブロッコリーとハムのサラダ、 くだもの	マヨドレ、はるさめ、〇 (給)Ca&鉄入りきくら ぎコーンのおほしさま、砂糖、 こま油、米、○ビスケット	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、 〈給)無塩せきロースハム	ブロッコリー、バナナ、ほう れんそう、ねぎ、ピーマン、 にんじん、コーン(冷凍)、 黒きくらげ、しょうが、にん じく	しょうゆ、みりん	牛乳 〈給)Ca&鉄き らきらコーンのお ほしさま	363.6(449.1) 18.0(17.2) 19.0(16.1) 1.0(0.8)	
19木	せんべい	ごはん、焼きそば、マヨごまあえ、 くだもの缶	ゆで中華めん、〇コーンフ レーク、マヨドレ、油、砂 糖、こま、米、○せんべい	〇牛乳、豚肉(肩)、いか、 〈給)新すこやか焼きそば、 米みそ(割合半半)	バナナ、キャベツ、きゅう り、にんじん、たまねぎ、も やし、えのきだけ、いんげ ん、あおりのり	中濃ソース	牛乳 コーンフレーク	419.9(368.8) 19.3(16.4) 13.7(11.4) 1.9(1.5)	
20金	ビスケット	ごはん、牛乳、 レバーのケチャップあえ、 大根ツナサラダ、くだもの	〇ビスケット、油、片栗粉、 砂糖、こま油、米、○ビス ケット	牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、 豚レバー、ツナ油漬缶	グレープフルーツ、だいこ ん、きゅうり、もやし、にん じん、しょうが	グチャップ、しょうゆ、中濃 ソース、酒、酢	ヨーグルト ビスケット	334.8(418.0) 19.7(18.8) 13.9(11.6) 1.5(1.3)	
21土	せんべい	ごはん、鶏肉じゃが、 青菜のおかかあえ、くだもの	じゃがいも、〇しょうゆせん べい、砂糖、油、米、○し ょうゆせんべい	〇牛乳、鶏もも肉、かつお節	チンゲンサイ、オレンジ、に んじん、たまねぎ、いんげん	しょうゆ、酢、みりん、和風 だしの素、食塩	牛乳 せんべい	340.2(416.3) 19.3(18.0) 10.7(8.9) 1.8(1.4)	
23月	せんべい	ごはん、牛乳、ささみカツ、 青菜のえのきあえ、くだもの	〇(給)アセロラゼリー (Fiber&Fe入り)、〇ビス ケット、油、小麦粉、パン 粉、こま油、米、○しょう ゆせんべい	牛乳、鶏ささ身、しらす干し	バナナ、もやし、こまつな、 キャベツ、えのきだけ	中濃ソース、しょうゆ、食 塩、和風だしの素、こしょう	〈給)アセロラゼ リー ビスケット	349.2(427.8) 20.1(18.6) 11.4(9.2) 1.3(1.1)	
24火	ビスケット	ごはん、シーフードカレー、 ミモザサラダ、くだもの	じゃがいも、〇マカロニ、き つないち、マヨドレ、油、〇 砂糖、米、○ビスケット	〇牛乳、シーフードミックス 、豚、〇きな粉	グレープフルーツ、たまね ぎ、レタス、にんじん、しめ じ、きゅうり、コーン(冷 凍)、カットわかめ	カレー粉、〇食塩、こしょ う	牛乳 マカロニあべかわ	401.8(475.2) 17.2(16.5) 20.0(16.8) 1.9(1.6)	
25水	せんべい	ごはん、チンジャオロース、 かぼちゃの甘煮、くだもの	〇(給)お米deスイートポテ ト、砂糖、油、片栗粉、米、 ○しょうゆせんべい	〇牛乳、牛肉(もも)	かぼちゃ、オレンジ、たけの こ(ゆで)、にんじん、赤 ピーマン、ピーマン、ねぎ	酒、しょうゆ、食塩	牛乳 〈給)お米deス イートポテト	349.6(446.4) 17.1(16.8) 15.1(12.8) 0.7(0.6)	
26木	ビスケット	ごはん、さけのムニエルにらソース、 沢煮椀、くだもの	〇米、片栗粉、油、砂糖、こ ま油、米、○ビスケット	〇牛乳、さけ、豚肉(肩ロース)	オレンジ、ほうれんそう、に んじん、たけのこ(ゆで)、 しいたけ、ごぼう、にら、〇 カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、 酢、食塩	牛乳 おにぎり (わかめ)	389.7(463.3) 22.8(21.0) 11.8(9.8) 1.3(1.1)	
27金	せんべい	ごはん、牛乳、炒り豆腐、 中華あえ、くだもの	しらたき、〇しょうゆせんべ い、砂糖、はるさめ、油、こ ま油、こま、米、○しょう ゆせんべい	牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、 木綿豆腐、豚、鶏ひき肉、 〈給)無塩せきロースハム	バナナ、ほうれんそう、にん じん、たまねぎ、たけのこ (ゆで)、コーン(冷凍)、 きゅうり、グリンピース(冷 凍)、干しいたけ	しょうゆ、和風だしの素、食 塩	ヨーグルト せんべい	367.0(443.2) 20.8(19.8) 13.7(11.3) 1.5(1.3)	
28土	ビスケット	ごはん、ハヤシライス、 ブロッコリーサラダ、くだもの	〇しょうゆせんべい、油、こ ま、米、○ビスケット	〇牛乳、豚肉(肩)	ブロッコリー、たまねぎ、オ レンジ、レトルトトマト缶、 にんじん、しめじ、グリン ピース(冷凍)	S&Bアレックサンプリーハヤシ フレーク、酢、しょうゆ	牛乳 せんべい	408.3(475.1) 17.5(16.6) 19.6(16.8) 2.7(2.2)	
30月	ビスケット	ごはん、牛乳、 鶏肉のマーマレード焼き、 ミネストローネ、くだもの	〇(給)プリン(卵乳不使 用)、じゃがいも、〇スナッ ク菓子(コーン系)、マカロ ニ、油、片栗粉、米、○ビス ケット	牛乳、鶏もも肉、〈給)無塩 せきボークスキンレスウイ ナー、ゆで大豆	バナナ、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、トマトビュ ーシ、マッシュルーム缶、マ ーマレード	しょうゆ、洋風だしの素、食 塩、こしょう	〈給)プリン(卵 乳不使用) お菓子	401.3(485.7) 19.2(18.1) 16.6(14.3) 1.6(1.3)	

※麺の日は、持参するごはんの量を加減してください。

~~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。~~

6 手を洗おう

