

献立予定表

日付	10時 おやつ (乳児)	献立	材料名				3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1人未満)
			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、肉豆腐、マカロニサラダ、くだもの	米、マヨネーズ、マカロニ、 (給)Ca&鉄入り香さら コーンのおほしさま、砂糖、 油、①ビスケット	〇牛乳、木綿豆腐、豚肉(薄 ロース)、チーズ、(給)無 塩せきソースハム	たまねぎ、オレング、ごま つな、にんじん、りんご、 ねぎ、コーン(冷凍)、きゅう り	しょうゆ、酒、和風だし の茶	牛乳 (給)Ca&鉄 さらさらコー ンのおほし さま	576.8(482.9) 22.7(18.5) 22.7(18.7) 1.8(1.5)
3火 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、〇(給)節分デザート豆 乳プリン、スナック菓子 (コーン系)、砂糖、油、ご ま油、①しょうゆせんべい	〇牛乳、豚き肉、ゆで大 豆、しらす干し	いちご、だいごん、きゅう り、にんじん、たまねぎ、ト マトジュース缶、エリンギ、 グリーンピース(冷凍)、干し ぶどう、しょうが、カットわ かめ	グチャップ、カレールウ、 酢、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 (給)節分デ ザート豆乳プ リン(卵乳小麦不)	544.6(476.2) 20.8(17.3) 20.5(16.7) 1.8(1.5)
4水	ビスケット	ごはん、からあげ、 ひじきの炒り煮、くだもの	米、〇コーンフレーク、し らだき、油、片栗粉、砂糖、 ①ビスケット	〇牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、ゆで大豆、凍り豆腐	グレープフルーツ、にんじ ん、いんげん、ひじき、干し しいたけ	しょうゆ、酒、和風だし の茶	牛乳 コーンフレーク	579.8(480.7) 22.5(18.3) 22.3(18.3) 1.6(1.3)
5木	せんべい	ごはん、煮魚、小松菜の納豆あえ、 くだもの	米、〇ロールパン、砂糖、 油、①しょうゆせんべい	〇牛乳、かじき、納豆、 (給)無塩せきホークスキン レスウインナー、しらす干し	りんご、ごまつな、〇キャベ ツ、にんじん、しょうが	しょうゆ、酒、〇グチャッ プ、みりん、和風だし の茶	牛乳 ホットドッグ	546.2(409.5) 26.8(20.3) 18.2(12.7) 1.7(1.2)
6金	ビスケット	ごはん、柳川風煮、 青菜のえのきあえ、くだもの	米、〇カステラ、油、砂糖、 ごま油、①ビスケット	〇牛乳、豚、豚肉(薄)、凍り 豆腐、しらす干し	バナナ、もやし、たまねぎ、 ごまつな、ほうれんそう、に んじん、ごぼう、えのきだけ	しょうゆ、酒、和風だし の茶	牛乳 カステラ	595.9(446.8) 23.3(17.9) 16.4(12.8) 1.3(1.1)
7土	せんべい	豚丼、ツナあえ、くだもの	米、〇しょうゆせんべい、マ ヨネシ、油、ごま、①しょう ゆせんべい	〇牛乳、豚肉(薄ロース)、ツ ナ油漬缶	チンゲンサイ、たまねぎ、オ レング、ねぎ、にんじん、 カットわかめ、にんにく、 しょうが	しょうゆ、みりん	牛乳 せんべい	550.8(419.3) 20.0(15.1) 21.4(16.1) 1.2(0.9)
9月	せんべい	ごはん、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	米、〇(給)ミニたい焼き、 マヨネーズ、ごま油、 しょうゆせんべい	〇ショア(マスカット)、鶏 もも肉(皮付き)、(給)無 塩せきローズハム、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、切り干しだいごん	しょうゆ	飲むヨーグルト (給)ミニたい 焼き	538.0(476.9) 25.0(21.8) 14.3(11.6) 1.1(0.9)
10火	ビスケット	ごはん、豚肉と春雨の中華炒め、 かぼちゃの甘煮、くだもの	米、〇マカロニ、はるさめ、 砂糖、〇砂糖、ごま油、 ①ビスケット	〇牛乳、豚肉(薄ロース)、 〇きねこ	かぼちゃ、オレング、ほうれ んそう、ねぎ、ピーマン、に んじん、黒きくらげ、しょう が、にんにく	しょうゆ、みりん、中華だし の茶、〇食塩、食塩	牛乳 マカロニあべか わ	530.5(441.3) 19.6(16.0) 15.7(13.0) 0.8(0.7)
11(水)	建国記念の日							
12木	ビスケット	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、〇米、マヨド レシ、油、ごま、〇ごま油、 ①ビスケット	〇牛乳、豚肉(薄)、カツチ ンチーズ、〇かつお節	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 おりのり	中濃ソース、〇しょうゆ、 みりん、〇和風だし の茶、食塩	牛乳 おなか焼きおに ぎり	531.6(442.1) 20.7(16.9) 15.9(13.1) 1.6(1.3)
13金	せんべい	ごはん、カレー卵焼き、 どさんこ汁、くだもの	米、じゃがいも、〇スナック 菓子(コーン系)、油、ハ ター、①しょうゆせんべい	〇牛乳、鶏、鶏のき肉、米み そ(赤色辛みそ)、豚肉(薄 ロース)	バナナ、もやし、ミックスタ ブ(冷凍)、にんじん、 たまねぎ、コーン(冷 凍)、ねぎ、カットわかめ	グチャップ、カレー粉、和 風だし	牛乳 お菓子	518.5(429.5) 19.3(15.8) 17.2(13.8) 1.8(1.5)
14土	せんべい	けんちんうどん、 ゆでブロッコリー、くだもの	ゆでうどん、〇しょうゆせん べい、さいごも、板こんにゃ く、マヨネシ、油、ごま、 ①しょうゆせんべい	〇牛乳、鶏もも肉(皮付き)	ブロッコリー、オレング、は くさい、だいごん、にんじ ん、ごぼう	しょうゆ、めんつゆ・3倍濃 縮、和風だし の茶	牛乳 せんべい	502.0(394.3) 22.5(17.9) 18.4(14.7) 1.9(1.5)
16月	ビスケット	ごはん、豚肉のカレーみそ炒め、 コールスロー、くだもの	米、マヨネシ、油、①ビス ケット、〇しょうゆせんべい	〇牛乳、豚肉(薄ロース)、 (給)無塩せきローズハム、 〇いわし(肉干)、米みそ (赤色辛みそ)	キウイフルーツ(黄)、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	牛乳 小魚 (朱瀧児せんべ い)	536.0(468.0) 22.6(17.7) 23.2(18.8) 1.5(1.2)
17火	せんべい	ロールパン、ナポリタン、 大根ツナサラダ、くだもの	〇米、ロールパン、スナッ ク菓子、油、ごま油、砂糖、 ①しょうゆせんべい	〇牛乳、(給)無塩せきホー クスケンレスウインナー、ツ ナ油漬缶、粉チーズ	グレープフルーツ、だいご ん、ホルトマト缶詰、たま ねぎ、にんじん、きゅうり、 もやし、ピーマン、エリン ギ、〇カットわかめ	グチャップ、しょうゆ、酢	牛乳 おにぎり (わかめ)	585.7(472.8) 20.6(16.5) 18.9(14.4) 2.0(1.5)
18水	ビスケット	ごはん、豆腐ハンバーグ、 小松菜とわかめの煮浸し、くだもの	米、①ビスケット、〇(給) フレンチスレープ(みか ん)、片栗粉、油	〇牛乳、豚き肉、木綿豆 腐、油揚げ、しらす干し	ごまつな、おみかん、たま ねぎ、カットわかめ	中濃ソース、グチャップ、 しょうゆ、酒、みりん、和 風だし の茶、食塩	牛乳 (給)フレン ス クレープ(みか ん)	546.0(472.4) 21.1(17.4) 22.1(19.1) 1.4(1.1)
19木	せんべい	ごはん、魚の天ぷら、 きのこスープ、くだもの	米、〇お好み焼き粉、小麦 粉、油、〇油、片栗粉、ご ま、①しょうゆせんべい	〇牛乳、かじき、卵、〇豚 き肉、〇チーズ、〇かつお節	オレング、〇キャベツ、にん じん、たまねぎ、しめじ、ご まつな、えのきだけ、エリン ギ、干ししいたけ、しょう が、しそ、〇あおのり	中濃ソース、しょうゆ、洋 風スープ、食塩	牛乳 お好み焼き	595.4(491.1) 27.2(22.0) 21.3(17.1) 2.2(1.8)
20金	ビスケット	ごはん、チキンシチュー、 もやしサラダ、くだもの	米、じゃがいも、〇しょう ゆせんべい、油、ごま、 ①ビスケット	〇ヨーグルト(加糖)、鶏もも 肉(皮付き)、牛乳、(給) 無塩せきローズハム	もやし、バナナ、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	ヨーグルト せんべい	533.7(441.9) 19.9(16.6) 13.9(11.5) 2.3(1.9)
21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	米、〇しょうゆせんべい、 油、ごま、①ビスケット	〇牛乳、豚肉(薄)	ブロッコリー、たまねぎ、オ レング、ホルトマト缶詰、 にんじん、しめじ、グリン ピース(冷凍)	S&Bアレゲルグフリーハヤ シフレーク、酢、しょうゆ	牛乳 せんべい	583.1(478.1) 19.7(15.9) 20.2(16.9) 2.7(2.1)
23(月)	天皇誕生日							
24火	ビスケット	ごはん、ヒレカツ、 にら玉スープ、くだもの	米、〇ホットケーキ粉、じゃ がいも、パン粉、油、小麦 粉、〇油、①ビスケット	〇牛乳、豚肉(皮なし)、卵、 (給)無塩せきシュルダ ーベーコン	みかん、キャベツ、にんじ ん、にら、コーン(冷凍)、 いちごジャム、干ししいた け	中濃ソース、しょうゆ、洋風 だし の茶、食塩、こしょう	牛乳 ホットケーキ	590.2(489.0) 25.8(20.9) 17.5(14.4) 1.7(1.4)
25水	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	〇きになる野菜1食分の鉄 アップル&キャロット、米、 じゃがいも、〇ビスケット、 油、①しょうゆせんべい	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 ツナ油漬缶、ゆで大豆	オレング、たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、きゅうり、 カットわかめ	カレールウ、酢、しょうゆ	野菜ジュース ビスケット	596.7(490.6) 19.5(15.7) 21.6(17.0) 2.2(1.8)
26木	ビスケット	ごはん、鶏肉のトマトソース煮、 ミモザサラダ、くだもの	米、〇ホットケーキ粉、〇さ つまいも、さつまいも、マヨ ネシ、〇油、〇砂糖、油、片 栗粉、砂糖、①ビスケット	〇牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、卵	バナナ、キャベツ、レタス、 トマトピューレ、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	グチャップ、酒、洋風だし の茶、食塩、こしょう	牛乳 さつまいも蒸し パン	614.8(503.3) 20.5(16.7) 22.0(17.8) 1.3(1.0)
27金	せんべい	ごはん、魚のみそ焼き、 マカロニのクリーム煮、くだもの	米、じゃがいも、〇(給)お 米de!バナナのスティックク ー、マカロニ、油、砂糖、 ①しょうゆせんべい	〇牛乳、牛乳、さけ、(給) 無塩せきシュルダ ーベーコン、米みそ(赤色辛みそ)	キウイフルーツ(黄)、たま ねぎ、にんじん、エリンギ	シチューミックスクリーム、 みりん	牛乳 (給)お米de! バナナのスティ ックク ー	574.4(491.6) 27.3(22.3) 16.1(13.6) 1.4(1.2)
28土	せんべい	鶏肉の照り焼き丼、 みそ汁(じゃがいも・わかめ)、 くだもの	米、じゃがいも、〇しょう ゆせんべい、砂糖、油、 ①しょうゆせんべい	〇牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、オレング、えのき だけ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、みりん、酒	牛乳 せんべい	536.4(433.1) 22.2(17.7) 16.3(13.0) 1.7(1.3)

〜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。〜

