

日付	曜日	1・2歳 午前おやつ	献立名	材料	おやつ	栄養価
1	水	牛乳 牛乳	ごはん 鶏肉の照り焼き 切干大根の塩麹和え さつまいものみそ汁	胚芽米 鶏肉、酒、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん 切干大根、ツナ缶、にんじん、きゅうり、塩こうじ、砂糖、ごま油、ごま さつまいも、たまねぎ、だし汁、みそ	牛乳 牛乳 にゅうめん そうめん、卵、にんじん、ねぎ、 水、めんつゆ	エネルギー 590 Kcal たんぱく質 25.5 g
2	木	牛乳 牛乳	豚丼 わかめと豆腐のサラダ みそ汁 バナナ	胚芽米、豚肉、たまねぎ、酒、しょうゆ、砂糖、油 豆腐、にんじん、わかめ、ごま油、酢、砂糖、鶏ガラ じゃがいも、キャベツ、だし汁、みそ バナナ	牛乳 牛乳 ココアケーキ 小麦粉、豆腐、豆乳、砂糖、 ベーキングパウダー、ココア、油	エネルギー 630 Kcal たんぱく質 25.2 g
4	18 土	牛乳 牛乳	ごはん 生揚げのベーコン煮 じゃが芋のチーズ焼き みそ汁	胚芽米 生揚げ、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、水、しょうゆ、鶏がら、塩、片栗粉、油 じゃがいも、コーン、塩、パセリ粉、チーズ えのきたけ、もやし、みそ、だし汁	牛乳 牛乳 レーズンパン レーズンパン	エネルギー 587 Kcal たんぱく質 23.3 g
6	20 月	牛乳 牛乳	ごはん 鶏大根 豆腐のひじきサラダ 白菜のみそ汁	胚芽米 鶏肉、しょうが、だいこん、油、だし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、塩、いんげん ひじき、豆腐、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油 はくさい、たまねぎ、だし汁、みそ	牛乳 牛乳 ジャーマンポテト じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、 油、塩、パセリ粉	エネルギー 526 Kcal たんぱく質 23 g
7	21 火	牛乳 牛乳	カレーうどん さつまいもの甘煮 塩昆布きゅうり バナナ	うどん、豚肉、油揚げ、たまねぎ、にんじん、だし汁、SBTマルゲリータカレー粉、しょうゆ、みりん、塩、片栗粉 さつまいも、砂糖 きゅうり、塩こんぶ、ごま油 バナナ	牛乳 牛乳 和風ツナごはん 胚芽米、ツナ缶、みりん、しょうゆ、砂糖、のり にぼし	エネルギー 614 Kcal たんぱく質 23.1 g
8	22 水	牛乳 牛乳	わかめごはん 魚のコーンフライ 白菜のコールスロー 豆乳みそ汁	胚芽米、炊き込みわかめ たら、塩、米粉、豆乳、コーンフレーク、油、片栗粉 はくさい、コーン、にんじん、酢、砂糖、油、塩 チンゲンサイ、えのきたけ、だし汁、みそ、豆乳	牛乳 牛乳 おふのきな粉ラスク 麩、牛乳、バター、きな粉、砂糖	エネルギー 572 Kcal たんぱく質 26.2 g
9	木	牛乳 牛乳	ごはん 鶏肉のごま塩焼き 凍り豆腐の煮物 かぼちゃのみそ汁	胚芽米 鶏肉、しょうが、塩こうじ、ごま 凍り豆腐、油揚げ、にんじん、だし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、いんげん かぼちゃ、たまねぎ、だし汁、みそ	牛乳 牛乳 マカロニナポリタン マカロニ、油、ウイナー、たまねぎ、 ピーマン、ケチャップ、砂糖	エネルギー 578 Kcal たんぱく質 26.7 g
10	24 金	牛乳 牛乳	ハヤシライス ポテトサラダ りんご	胚芽米、豚肉、たまねぎ、セロリ、しめじ、和牛、油、鶏がら、ケチャップ、ソース、砂糖、塩、米粉 じゃがいも、きゅうり、コーン、にんじん、マヨドレ、酢、砂糖、塩 りんご	牛乳 牛乳 洋なしのゼリー なし、かんてん、りんごジュース、水 ビスケット	エネルギー 579 Kcal たんぱく質 17.9 g
11	25 土	牛乳 牛乳	手作りひじきふりかけごはん 肉豆腐 小松菜のお浸し すまし汁	胚芽米、ひじき、ゆかり、油 豆腐、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、油、みそ、砂糖、みりん、片栗粉、水、グリルピース こまつな、にんじん、油揚げ、砂糖、しょうゆ、だし汁 えのきたけ、わかめ、だし汁、しょうゆ、塩	牛乳 牛乳 蒸しパンジャムのせ ホットケーキ粉、豆乳、油、いちごジャム	エネルギー 580 Kcal たんぱく質 23.1 g
13	27 月	牛乳 牛乳	ごはん カレーつくね キャベツのゆかりあえ 小松菜のみそ汁	胚芽米 鶏ひき肉、酒、豆腐、たまねぎ、片栗粉、塩、しょうが、しょうゆ、カレー粉、油 キャベツ、にんじん、ゆかり こまつな、もやし、だし汁、みそ	牛乳 牛乳 サツマイ もきな粉 さつまいも、豆乳、きな粉、砂糖	エネルギー 523 Kcal たんぱく質 21.9 g
14	28 火	牛乳 牛乳	きのこごはん 肉じゃが 生揚げのみそ汁 りんご	胚芽米、鶏ひき肉、しめじ、えのきたけ、にんじん、油、酒、しょうゆ、砂糖、塩 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、だし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、グリルピース 生揚げ、キャベツ、みそ、だし汁 りんご	牛乳 牛乳 ストーンクッキー 小麦粉、ベーキングパウダー、バター、 砂糖、牛乳、コーンフレーク、レーズン	エネルギー 579 Kcal たんぱく質 20.1 g
15	29 水	牛乳 牛乳	ごはん 魚のみそマヨ焼き ブロッコリーのささみ和え 麩のすまし汁	胚芽米 さわら、しょうが、酒、みそ、マヨドレ、ごま ブロッコリー、ささ身、酒、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま 麩、なめこ、わかめ、だし汁、しょうゆ、塩	牛乳 牛乳 カルシウムトースト 食パン、しらす、マヨドレ、あおのり	エネルギー 544 Kcal たんぱく質 28.8 g
16	30 木	牛乳 牛乳	食パン ミートローフ サラスパ スープ オレンジ	食パン 豚ひき肉、酒、たまねぎ、にんじん、コーン、粉とうふ、豆乳、ナッツ、塩、ケチャップ、ソース スパゲティ、ツナ缶、きゅうり、にんじん、マヨドレ、塩 ほうれんそう、キャベツ、水、鶏ガラ、塩 オレンジ	牛乳 牛乳 香りおにぎり 胚芽米、ゆかり、ごま、あおのり にぼし	エネルギー 591 Kcal たんぱく質 28.5 g
17	金	牛乳 牛乳	ごはん 鶏肉のから揚げ パンサンスー みそ汁	胚芽米 鶏肉、酒、にんにく、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油 はるさめ、きゅうり、トマト、コーン、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、塩 チンゲンサイ、エリンギ、だし汁、みそ	牛乳 牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、豆乳、油、メープルシロップ	エネルギー 602 Kcal たんぱく質 22.8 g

献立の平均栄養価 以上児 1人あたり - 575kcal 蛋白質 23.8g 脂質 19.8g カルシウム 278mg 鉄

※食物アレルギー等に配慮し、材料名を明記しております。各家庭で内容をご確認ください。
 ※天候や食材の納入状況等により、献立内容を変更する場合がございますので、予めご了承ください。