

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
1日 木 16日 金	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			やわらかごはん 肉じゃが煮 人参ときゅうりのサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	ごはん ポークカレー 切り干し大根のサラダ 豆腐と水菜のすまし汁
	午後食			お茶・鮭がゆ	牛乳・菓子
	食材			豚肉・豆腐・米・じゃが芋 油・砂糖・人参・玉ねぎ きゅうり・水菜・鮭	豚肉・豆腐・牛乳・米・じゃが芋 油・砂糖・ごま油・人参・玉ねぎ・クチャップ りんご・切干大根・きゅうり・水菜
2日 金 	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			やわらかごはん 鶏肉のみそ焼き 3色野菜のおかか和え 根菜汁	鬼の顔ごはん 照り焼きチキン 3色野菜のおかか和え 根菜汁
	午後食			お茶・きなこがゆ	牛乳・恵方ロールケーキ
	食材			鶏肉・鯉節・豆腐・きな粉・ごぼう 米・玉ねぎ 人参・小松菜・もやし・大根・長ねぎ	鶏肉・鯉節・豆腐・牛乳・きな粉・ごぼう 米・マーガリン・油・H/M・砂糖・玉ねぎ クチャップ・のり・人参・小松菜・もやし・大根・長ねぎ
3日 土 17日 土	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			鶏そぼろがゆ さつまい煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	鶏そぼろ丼 さつまい煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ
	午後食			お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材			鶏肉・豆腐・味噌 米・砂糖・さつまい 人参・玉ねぎ・わかめ・バナナ	鶏肉・豆腐・油揚げ・味噌 牛乳・米・砂糖・さつまい 人参・玉ねぎ・わかめ・バナナ
5日 月 19日 月	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			やわらかごはん すき焼き風煮 ブロッコリーの磯辺和え もやしとねぎのみそ汁	ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーの磯辺和え もやしと油揚げのみそ汁
	午後食			お茶・青のりがゆ	牛乳・菓子
	食材			豚肉・豆腐・味噌・米・青のり 砂糖・油・玉ねぎ・人参・白菜 長ねぎ・ブロッコリー・のり・もやし・しめじ・万能ねぎ	豚肉・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳・米 しらたき・砂糖・油・玉ねぎ・人参・白菜 長ねぎ・ブロッコリー・のり・もやし・しめじ・万能ねぎ
6日 火 20日 火	朝おやつ			お茶	ヨーグルト
	午前食 			やわらかごはん 鶏の照り焼き ひじきの和え物 なめこのみそ汁	ごはん とり天 ひじきの和え物 なめこのみそ汁
	午後食			お茶・やわらかマカロニミート	牛乳・マカロニミート
	食材			鶏肉・豆腐・味噌・豚肉 米・油・砂糖・マカロニ・ひじき 小松菜・人参・なめこ・水菜・玉ねぎ・クチャップ	鶏肉・豆腐・味噌・ヨーグルト・牛乳・豚肉 米・天ぷら粉・油・ごま油・ごま・砂糖・マカロニ・ひじき 小松菜・コーン・人参・なめこ・水菜・玉ねぎ・クチャップ
7日 水 21日 水	朝おやつ			お茶	牛乳・チーズ
	午前食 			やわらかごはん 鮭の西京焼き ほうれん草の納豆和え けんちん汁	ごはん 鮭の西京焼き ほうれん草の納豆和え けんちん汁
	午後食			お茶・食パン	牛乳・メロンパントースト
	食材			鮭・味噌・納豆・鶏肉・豆腐・鯉節・長ねぎ 米・砂糖・油・里芋	鮭・味噌・チーズ・納豆・鶏肉・豆腐・鯉節・長ねぎ 牛乳・卵・米・砂糖・油・里芋・ごま油 食パン・バター・薄力粉・ほうれん草・人参・大根・ごぼう

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
8日 木 26日 月	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			ほうとううどん ぎせい豆腐 バナナ	ほうとううどん ぎせい豆腐 バナナ
	午後食			お茶・おじや	牛乳・焼きおにぎり
	食材			豚肉・味噌・豆腐・鶏肉 鯉節・うどん・油・砂糖・米・バナナ かぼちゃ・人参・玉ねぎ・ひじき・しいたけ	豚肉・味噌・豆腐・鶏肉・卵 牛乳・鯉節・うどん・油・砂糖・米・バナナ かぼちゃ・人参・玉ねぎ・ひじき・しいたけ
9日 金 27日 火	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			やわらかごはん 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の煮物 キャベツのみそ汁	ごはん カレーマヨチキン 高野豆腐の煮物 キャベツのみそ汁
	午後食			お茶・豆腐がゆ	牛乳・菓子
	食材			鶏肉・高野豆腐・味噌・米 片栗粉・油・砂糖・大根 人参・キャベツ・水菜・豆腐	鶏肉・高野豆腐・味噌・牛乳・米 マヨネーズ・片栗粉・油・砂糖・大根 人参・キャベツ・水菜
10日 土 24日 土	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			挽肉と野菜のあんかけがゆ 粉ふき芋 豆腐のみそ汁 バナナ	挽肉と野菜のあんかけ丼 粉ふき芋 豆腐と油揚げのみそ汁 バナナ
	午後食			お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材			鶏肉・豆腐・味噌 米・油・片栗粉・じゃが芋・白菜・人参 もやし・えのき・青のり・長ねぎ・バナナ	鶏肉・ちくわ・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳 米・油・片栗粉・じゃが芋・白菜・人参 もやし・えのき・青のり・長ねぎ・バナナ
13日 火 28日 水	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			やわらかごはん つくね焼き 小松菜の白和え えのきと玉ねぎのみそ汁	ごはん ごまつくね焼き 小松菜の白和え 油揚げのみそ汁
	午後食			お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材			鶏肉・味噌・豆腐・米 パン粉・砂糖・長ねぎ 小松菜・人参・玉ねぎ・えのき・わかめ	鶏肉・牛乳・油揚げ・味噌・豆腐・米 ごま油・パン粉・ごま・砂糖・なめたけ・長ねぎ 小松菜・人参・玉ねぎ・えのき・わかめ
14日 水	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			やわらかごはん 豆腐ハンバーグ フレンチサラダ かぶのスープ	ごはん 豆腐ハンバーグ フレンチサラダ かぶのミルクスープ
	午後食			お茶・おふ入りおじや	牛乳・ココアおふラスク
	食材			豚肉・豆腐・米・油 パン粉・片栗粉・砂糖・麩・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参・かぶ・ほうれん草	豚肉・豆腐・卵・チーズ・ベーコン・牛乳・米・油 スキムミルク・パン粉・片栗粉・砂糖・麩・バター・玉ねぎ クチャップ・キャベツ・きゅうり・人参・かぶ・ほうれん草
15日 木 29日 木	朝おやつ			お茶	牛乳・チーズ
	午前食 			やわらかごはん 白身魚の甘酢あんかけ お浸し 里芋と大根のみそ汁	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ お浸し 里芋と大根のみそ汁
	午後食			お茶・食パン	牛乳・レーズン蒸しパン
	食材			たら・鯉節・味噌・食パン 米・薄力粉・砂糖・油・里芋・片栗粉・玉ねぎ 人参・ピーマン・ほうれん草・白菜・大根・長ねぎ	たら・鯉節・油揚げ・味噌・ベーコン・豆腐・牛乳・チーズ 米・薄力粉・砂糖・油・里芋・H/M・片栗粉・玉ねぎ 人参・ピーマン・クチャップ・ほうれん草・白菜・大根・レーズン・長ねぎ
22日 木	朝おやつ			お茶	牛乳・菓子
	午前食 			夕やけがゆ スcoopコロッケ 野菜サラダ 豚肉入り春雨スープ	夕やけごはん スcoopコロッケ 野菜サラダ 豚肉入り春雨スープ
	午後食			お茶・鮭がゆ	牛乳・ホットケーキ
	食材			豚肉・米・じゃが芋・鮭 油・パン粉・春雨 人参・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・わかめ	豚肉・牛乳・卵・米・じゃが芋・H/M 油・パン粉・マヨネーズ・春雨・マーガリン・砂糖 人参・玉ねぎ・クチャップ・キャベツ・きゅうり・わかめ



	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 木 16日 金	牛乳 菓子	ごはん	ポークカレー 切り干し大根のサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	にんじん たまねぎ けちやつぶ きゅうり りんご	499kcal たんぱく質 15.8g 脂質: 19.2g 塩: 1.7g
2日 金 	牛乳 菓子	鬼の顔ごはん	照り焼きチキン 3色野菜のおかか和え 根菜汁	牛乳 恵方ロールケーキ	とりにく かつおぶし とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら H/M まーがりん	たまねぎ けちやつぶ だいこん のり・にんじん ながねぎ こまつな	483kcal たんぱく質 21.3g 脂質: 19.7g 塩: 1.3g
3日 土 17日 土	牛乳 菓子	鶏そぼろ丼	さつま芋煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	こめ さとう さつまいも	にんじん たまねぎ わかめ ばなな	517kcal たんぱく質 17.4g 脂質: 16.2g 塩: 1.4g
5日 月 19日 月	牛乳 菓子	ごはん	すき焼き風煮 ブロッコリーの磯辺和え もやしと油揚げのみそ汁	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	こめ しらたき さとう あぶら	たまねぎ にんじん のり・もやし はくさい しめじ ながねぎ	454kcal たんぱく質 17.6g 脂質: 16.2g 塩: 1.5g
6日 火 20日 火	ヨーグルト	ごはん	とり天 ひじきの和え物 なめこのみそ汁	牛乳 マカロニミート	とりにく とうふ みそ よーくると	こめ さとう てんぷらこ ごま あぶら まかろに ごまあぶら	ひじき なめこ こまつな みずな こーん たまねぎ にんじん けちやつぶ	435kcal たんぱく質 23.6g 脂質: 13.1g 塩: 1.6g
7日 水 21日 水	牛乳 チーズ	ごはん	鮭の西京焼き ほうれん草の納豆和え けんちん汁	牛乳 メロンパントースト	さけ・みそ ちーず なつとう とりにく	こめ ごまあぶら さとう しょうぼん あぶら ばたー さといも はくりきこ	ほうれん草 ながねぎ にんじん だいこん ごぼう	494kcal たんぱく質 27.4g 脂質: 17.2g 塩: 1.6g
8日 木 26日 月	牛乳 菓子	ほうとううどん	ぎせい豆腐 バナナ	牛乳 焼きおにぎり	ぶたにく かつおぶし みそ たまご とうふ ぎゅうにゅう とりにく	うどん あぶら さとう こめ	かぼちゃ しいたけ にんじん ばなな たまねぎ ひじき	479kcal たんぱく質 21.5g 脂質: 17.1g 塩: 1.5g
9日 金 27日 火	牛乳 菓子	ごはん	カレーマヨチキン 高野豆腐の煮物 キャベツのみそ汁	牛乳 菓子	とりにく こやどとうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう まよねーず かたくりこ あぶら	だいこん にんじん きゃべつ みずな	455kcal たんぱく質 21.6g 脂質: 14.1g 塩: 1.2g
10日 土 24日 土	牛乳 菓子	鶏肉と野菜の あんかけ丼	粉ふき芋 豆腐と油揚げのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく ちくわ ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ	こめ あぶら かたくりこ じゃがいも	はくさい あおのり にんじん ながねぎ もやし ばなな えのき	515kcal たんぱく質 18.7g 脂質: 18.6g 塩: 1.6g
13日 火 28日 水	牛乳 菓子	ごはん	ごまつくね焼き 小松菜の白和え 油揚げのみそ汁	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ	こめ さとう ごまあぶら ばんこ ごま	なめたけ たまねぎ ながねぎ えのき こまつな わかめ にんじん	487kcal たんぱく質 20.1g 脂質: 20.4g 塩: 1.6g
14日 水 	牛乳 菓子	ごはん	豆腐ハンバーグ フレンチサラダ かぶのミルクスープ	牛乳 ココアおふラスク	ぶたにく かにかま とうふ ベーこん たまご ぎゅうにゅう ちーず すきむみるく	こめ さとう あぶら ふ ばんこ ばたー かたくりこ	たまねぎ きゅうり けちやつぶ にんじん きゃべつ かぶ ほうれん草	533kcal たんぱく質 22.1g 脂質: 24.8g 塩: 1.5g
15日 木 29日 木	牛乳 チーズ	ごはん	白身魚の甘酢あんかけ お浸し 里芋と大根のみそ汁	牛乳 レーズン蒸しパン	たら ベーこん かつおぶし とうにゅう あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ ちーず	こめ かたくりこ はくりきこ さといも あぶら H/M さとう	たまねぎ ほうれん草 にんじん はくさい びーまん さいにん・れーずん ながねぎ	506kcal たんぱく質 23.1g 脂質: 17.8g 塩: 1.7g
22日 木 	牛乳 菓子	タヤけごはん	スコップコロケ 野菜サラダ 豚肉入り春雨スープ	牛乳 ホットケーキ	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう たまご	こめ まよねーず じゃがいも はるさめ あぶら H/M ばんこ まーがりん・さとう	にんじん きゅうり たまねぎ わかめ けちやつぶ きゃべつ	503kcal たんぱく質 16.6g 脂質: 18.7g 塩: 1.4g

⇒その他連絡事項



献立を変更する場合があります。ご了承ください。
3月1日にきぬさやが出る予定なので、食べた事のない方は
事前に食べてみてください。

今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
488kcal	20.5g	17.8g	1.4g

2024年 2月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 木 16日 金	ごはん	ポークカレー 切り干し大根のサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	にんじん たまねぎ みずな けちゃっぶ きゅうり りんご	546kcal 16.9g 脂: 19.5g 塩: 2.1g
2日 金 	鬼の顔ごはん	照り焼きチキン 3色野菜のおかか和え 根菜汁	牛乳 恵方ロールケーキ	とりにく きなこ かつおぶし とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら H/M まーがりん	たまねぎ もやし こぼろ けちゃっぶ だいこん のり・にんじん ながねぎ こまつな	527kcal 23.7g 脂: 20.2g 塩: 1.6g
3日 土 17日 土	鶏そぼろ丼	さつま芋煮 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ さとう さつまいも	にんじん たまねぎ わかめ ばなな	577kcal 19.0g 脂: 17.3g 塩: 1.6g
5日月 19日月	ごはん	すき焼き風煮 ブロッコリーの磯辺和え もやしと油揚げのみそ汁	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ しらたき さとう あぶら	たまねぎ ぶろっこりー にんじん のり・もやし はくさい しめじ ながねぎ ほんのうねぎ	498kcal 19.3g 脂: 17.3g 塩: 1.8g
6日 火 20日 火	ごはん	とり天 ひじきの和え物 なめこのみそ汁	牛乳 マカロニミート	とりにく ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ	こめ さとう てんぷらこ ごま あぶら まかろに ごまあぶら	ひじき なめこ こまつな みずな こーん たまねぎ にんじん けちゃっぶ	503kcal 26.7g 脂: 14.4g 塩: 1.9g
7日 水 21日 水	ごはん	鮭の西京焼き ほうれん草の納豆和え けんちん汁	牛乳 メロンパントースト	さけ・みそ とうふ たまご かつおぶし なっとう ぎゅうにゅう とりにく	こめ ごまあぶら さとう しょくばん あぶら ばたー さといも はくりきこ	ほうれん草 ながねぎ にんじん にんじん だいこん こぼろ	535kcal 29.3g 脂: 15.4g 塩: 1.7g
8日 木 26日月	ほうとううどん	ぎせい豆腐 バナナ	牛乳 焼きおにぎり	ぶたにく かつおぶし みそ たまご とうふ ぎゅうにゅう とりにく	うどん あぶら さとう こめ	かほちゃ しいたけ にんじん ばなな たまねぎ ひじき	519kcal 24.0g 脂: 16.6g 塩: 1.8g
9日 金 27日 火	ごはん	カレーマヨチキン 高野豆腐の煮物 キャベツのみそ汁	牛乳 菓子	とりにく とうふ こうやとうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう まよねーず かたくりこ あぶら	だいこん にんじん にんじん きゃべつ みずな	496kcal 24.2g 脂: 14.3g 塩: 1.3g
10日 土 24日 土	鶏肉と野菜の あんかけ丼	粉ふき芋 豆腐と油揚げのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく みそ ちくわ ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ	こめ あぶら かたくりこ じゃがいも	はくさい あおのり にんじん ながねぎ もやし ばなな えのき	564kcal 20.4g 脂: 18.4g 塩: 2.0g
13日 火 28日 水	ごはん	ごまつくね焼き 小松菜の白和え 油揚げのみそ汁	牛乳 菓子	とりにく とうふ ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ	こめ さとう ごまあぶら ばんこ ごま	なめたけ たまねぎ ながねぎ えのき こまつな わかめ にんじん	531kcal 22.3g 脂: 21.0g 塩: 1.9g
14日 水 	ごはん	豆腐ハンバーグ フレンチサラダ かぶのミルクスープ	牛乳 ココアおふラスク	ぶたにく かにかま とうふ ベーこん たまご ぎゅうにゅう ちーず すきむみるく	こめ さとう あぶら ふ ばんこ ばたー かたくりこ	たまねぎ きゅうり 597kcal 24.9g 脂: 28.0g 塩: 2.1g	
15日 木 29日 木	ごはん	白身魚の甘酢あんかけ お浸し 里芋と大根のみそ汁	牛乳 レーズン蒸しパン	たら ベーこん かつおぶし とうにゅう あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ	こめ かたくりこ はくりきこ さといも あぶら H/M さとう	たまねぎ ほうれん草 にんじん はくさい ぴーまん にんじん・れーずん ながねぎ	548kcal 23.9g 脂: 16.4g 塩: 1.8g
22日 	タやけごはん	スコップコロッケ 野菜サラダ 豚肉入り春雨スープ	牛乳 ホットケーキ	ぶたにく かにかま かにかま ぎゅうにゅう たまご	こめ まよねーず じゃがいも はるさめ あぶら H/M ばんこ まーがりん・さとう	にんじん きゅうり 562kcal 18.0g 脂: 20.3g 塩: 2.0g	

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。
3月1日にきぬさやが出る予定なので、食べた事のない方は
事前に食べてみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
539kcal	22.6g	18.4g	1.8g