2022年 1月 給食献立表 (乳児)

ひなた保育園			20224 1)		<u> さ田/</u>	11/				<u>子山</u> ,	<u> </u>		
			午前			3時	自な	肉や骨	熱や	や力	体のi	周子を	エネルギー
			おやつ	主食	昼食	おやつ	7ع	るな	とな	るる	整定	える	たんぱく質
			00 (O)			00 (0)	赤の	食品	黄の	食品	緑の	食品	脂質・食塩
4	\Box	火			チキンカレー		鶏肉		米	砂糖	人参	切干大根	526kcal
18		火	牛乳		ひじきと切干大根サラダ	牛乳	ツナ缶		じゃが芋	ゼリー	玉ねぎ	ひじき	17.1g
			チーズ	ごはん	④ゼリー	菓子	牛乳		油		ケチャップ	きゅうり	脂: 22.7g
					18豆腐と水菜のすまし汁	217.0	チーズ		マヨネーズ		りんご		塩: 1.9g
5	П	水			豚肉の生姜焼き		豚肉		米		白菜	水菜	425kcal
19			牛乳		白菜のドレッシング和え	牛乳	豆腐		油		人参	いちごジャム	
'	_	.,,	菓子	ごはん	なめこの味噌汁		味噌		砂糖		きゅうり		脂: 15.9g
			<i>^</i> ,		-C02 C024K-B71		牛乳		クラッカー		なめこ		塩: 1.2g
6	П	木			ぶりの照り焼き		ぶり		米		きゃべつ	大根	543kcal
20			牛乳		磯辺和え	牛乳	油揚げ		油		ほうれん草		21.5g
	_	11	菓子	ゆかりごはん	里芋と大根の味噌汁	菓子	味噌		里芋			長ねぎ	脂: 20.5g
			未」		主子と八板の外唱力	未」	牛乳		± ,		のり	1X10C	脂: 20.0g 塩: 1.1g
7	_	金			 中華風卵焼き		豚肉	牛乳	うどん	片栗粉	人参	たけのこ	461kcal
21		金	牛乳		中華風卵焼さ 季節のフルーツ	牛乳	油揚げ	⊤÷l	油	大来初 米	大根	たりのこ 長ねぎ	19.1g
-		<u> 17</u>	午乳 菓子	けんちんうどん	子 いリンルーン 	ー 午乳 ⑦七草がゆ風	川揚り		油 ごま油	*	入根 ごぼう	長ねさ	19.1g 脂: 15.8g
			果丁						ひ糖				l
		_			<u> </u>	②青菜おにぎり	かにかま	n+ n (.)		マヨネーズ	玉ねぎ	かぶ	塩: 2.0g 464kcal
8			H 101		ささみサラダ	4-10	豚肉	味噌	米 ~~~~	マヨネース	白菜		
22	Н	工	牛乳	中華丼	油揚げの味噌汁	牛乳	かまぼこ	十乳	ごま油		人参	バナナ	18.9g
			菓子		バナナ	菓子	ささみ		砂糖		玉ねぎ		脂: 18.5g
1	_	, La			H / 20 / 3 = /		油揚げ	V+101 18	片栗粉	T.1. 10-4	プロッコリー	1- 11-1	塩: 1.9g
11			44.50		はんぺんフライ	4-50	はんぺん		*	砂糖		わかめ	548kcal
24	Н	月	牛乳	ごはん	野菜とハムの和え物	牛乳	90	味噌	薄力粉	ごま油	きゅうり		21.3g
			菓子		具だくさん味噌汁	豆乳蒸しパン	ハム	牛乳		H/M	人参		脂: 21.0g
10	_	-1.			<u> </u>		豆腐	豆乳	油	-1	大根		塩: 2.0g
12			4.50		カレーマヨチキン	4L RI	鶏肉		米	砂糖	きゃべつ		459kcal
25	Н	火	牛乳	ごはん	フレンチサラダ	牛乳	かにかま		マヨネーズ		人参	ほうれん草	23.7g
			菓子		豆腐とわかめのスープ	シュガートースト	豆腐		片栗粉	バター	きゅうり		脂: 15.5g
	_						牛乳		油		わかめ		塩: 1.5g
13		木	.1 =		ポークビーンズ		豚肉		米		玉ねぎ	あおのり	
26	Н	水	牛乳	ごはん	粉ふき芋	牛乳	大豆		じゃが芋		人参	きゃべつ	17.2g
			菓子		コンソメスープ	菓子	牛乳		油			ほうれん草	脂: 16.6g
		_							砂糖		ケチャップ		塩: 1.5g
14					コーン入り味噌バター肉じゃが	<u></u> 0	豚肉	ヨーグルト	米	ワンタンの皮	1-10-0	もやし	461kcal
28	\exists	金	ヨーグルト	ごはん	チーズ揚げワンタン	プリン	チーズ		油	バター	人参	しめじ	18.5g
1				_,,,,,	もやしと油揚げの味噌汁			90	砂糖		万能ねぎ		脂: 15.4g
							味噌		じゃが芋		コーン		塩: 1.4g
15					かぼちゃ煮		鶏肉		うどん		長ねぎ	バナナ	415kcal
29	\Box	土	牛乳	鶏と野菜の塩うどん	バナナ	牛乳	牛乳		砂糖		人参		15.1g
			菓子			菓子					きゃべつ		脂: 14.0g
											かぼちゃ		塩: 2.0g
17					豆腐ハンバーグ		豆腐	ツナ缶	米	マヨネーズ		きゅうり	658kcal
31	\Box	月	牛乳	ごはん	グリーンサラダ	牛乳	豚肉	ベーコン	油	薄力粉	ケチャップ	コーン	24.8g
			菓子	C10/0	かぶのミルクスープ	ヨーグルトケーキ	90	牛乳	パン粉	バター	きゃべつ	かぶ	脂: 32.3g
L							チーズ	スキムミルク	片栗粉	砂糖	人参	ほうれん草	塩: 1.7g
27	\Box	木			チキン南蛮		鶏肉	生クリーム	米	砂糖	玉ねぎ	レモン果汁	593kcal
A [1]	IPPY	A_	牛乳	ごはん	ブロッコリー	牛乳	90		薄力粉	じゃが芋	ブロッコリー		26.8g
BIR	THOA		菓子	C10/U	じゃが芋と野菜のスープ	チーズケーキ	牛乳		油		人参		脂: 29.5g
Tiene	ترزرو	كرفس					チーズ		マヨネーズ		きゃべつ		塩: 1.7g
							-						

⇒その他連絡事項

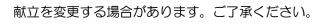


今月の平均栄養量								
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩					
502kcal	20.2g	19.8g	1.7g					

ひなた保育園 2022年 1月 給食献立表 (幼児)

ひなた保育	国国	<u> </u>			<u> </u>	ムシ			4)	<i>/</i>
			On+	血や肉	で骨	熱や	や力	体のi	周子を	エネルギー
	主食	昼食	3時	とな	ふ	رح	るる		える	たんぱく質
			おやつ	赤の1			食品		食品	脂質·食塩
4 日 火		チキンカレー		鶏肉	Z00	米	砂糖	人参		582kcal
18 日 火		ひじきと切干大根サラダ	H 図	ツナ缶		へ じゃが芋		玉ねぎ		17.5g
	ごはん		牛乳				セリー			
		④ゼリー	菓子	牛乳		油			きゅうり	脂: 23.0g
		18豆腐と水菜のすまし汁		チーズ		マヨネーズ		りんご		塩: 2.4g
5日水		豚肉の生姜焼き		豚肉		米		白菜	水菜	459kcal
19 日 水	ごはん	白菜のドレッシング和え	牛乳	豆腐		油		人参	いちごジャム	20.6g
	Clan	なめこの味噌汁	クラッカージャムサント	味噌		砂糖		きゅうり		脂: 16.3g
		0.02 0.00 11. 0.1		牛乳		クラッカー		なめこ		塩: 1.5g
6日木		ぶりの照り焼き		ぶり		米		きゃべつ	大根	601kcal
20 日 木			牛乳	油揚げ		油		ほうれん草		24.0g
20 11 1	ゆかりごはん	機辺和え								
		里芋と大根の味噌汁	菓子	味噌		里芋		もやし	長ねぎ	脂: 21.1g
				牛乳				のり		塩: 1.3g
7日金		中華風卵焼き		豚肉	牛乳	うどん	片栗粉	人参	たけのこ	507kcal
21 日 金	 - - - - - - - - -	季節のフルーツ	牛乳	油揚げ		油	米	大根	長ねぎ	21.2g
	けんちんうどん		⑦七草がゆ風	90		ごま油		ごぼう	小松菜	脂: 16.8g
			②青菜おにぎり	1		砂糖		玉ねぎ		塩: 2.4g
8日土		ささみサラダ	ショネいにこう		味噌	米	マヨネーズ	白菜		血, 2.4g 511kcal
			H 201				ィコベース			
22 日 土	中華丼	油揚げの味噌汁	牛乳	かまぼこ		ごま油		人参	バナナ	
	' ' '	バナナ	菓子	ささみ		砂糖		玉ねぎ		脂: 20.2g
				油揚げ		片栗粉		プロッコリー		塩: 2.2g
11 日 火		はんぺんフライ		はんぺん	油揚げ	米	砂糖	もやし	わかめ	605kcal
24 日 月		野菜とハムの和え物	牛乳	90 0	味噌	薄力粉	ごま油	きゅうり		23.7g
	ごはん	具だくさん味噌汁	豆乳蒸しパン		牛乳		H/M	人参		脂: 21.3g
		人 にくこ704年71	五子の米のハン		豆乳	油	,	大根		塩: 2.5g
12 日 水		カル・フコチャン		1	77.7L	米	アル 州本	きゃべつ	ラの キ	507kcal
		カレーマヨチキン	L WI	鶏肉			砂糖		_	
25 日 火	ごはん	フレンチサラダ	牛乳	かにかま		マヨネーズ		人参	ほうれん草	
		豆腐とわかめのスープ	シュガートースト	豆腐		片栗粉	バター	きゅうり		脂: 15.6g
				牛乳		油		わかめ		塩: 1.8g
13 日 木		ポークビーンズ		豚肉		米		玉ねぎ	あおのり	516kcal
26 日 水	,,	粉ふき芋	牛乳	大豆		じゃが芋		人参	きゃべつ	18.7g
	ごはん	コンソメスープ	菓子	牛乳		油		ホールトマト	ほうれん草	脂: 17.2g
				1		砂糖		ケチャップ		塩: 1.7g
14 日 金		コーン入り味噌バター肉じゃが		豚肉		米	ワンタンの皮		もやし	520kcal
			- 2.15.							
28 日 金	ごはん	チーズ揚げワンタン	プリン	チーズ		油	バター	人参	しめじ	19.4g
		もやしと油揚げの味噌汁		油揚げ	ŊŊ	砂糖		万能ねぎ		脂: 16.5g
				味噌		じゃが芋		コーン		塩: 1.8g
15 日 土		かぼちゃ煮		鶏肉		うどん		長ねぎ	バナナ	441kcal
29 日 土	ma 1-me +	バナナ	牛乳	牛乳		砂糖		人参		16.1g
	鶏と野菜の塩うどん		菓子					きゃべつ		脂: 13.0g
								かぼちゃ		塩: 2.5g
17 日 月		豆腐ハンバーグ		一一	ハナナ	MZ	マヨネーズ		キルンハ	753kcal
			4-20			*			きゅうり	
31 日 月	ごはん	グリーンサラダ	牛乳		ベーコン		薄力粉	ケチャップ		28.3g
	5	かぶのミルクスープ	ヨーグルトケーキ				バター	きゃべつ	かぶ	脂: 37.5g
				チーズ	スキムミルク	片栗粉	砂糖	人参	ほうれん草	塩: 2.0g
27日木		チキン南蛮		鶏肉	生クリーム	*	砂糖	玉ねぎ	レモン果汁	656kcal
& HAPPY A		ブロッコリー	牛乳	90		薄力粉	じゃが芋	ブロッコリー		28.1g
BIRTHDAY	ごはん	じゃが芋と野菜のスープ	チーズゲーキ	牛乳		油	,	人参		脂: 30.8g
				チーズ		ル マヨネーズ		きゃべつ		
Serene -	<u> </u>		ļ	ナース		ィコホース		となくし		塩: 1.7g

⇒その他連絡事項





今月の平均栄養量								
エネルギー たんぱく質 脂質 食均								
555kcal	22.1g	20.8g	2.0g					

Utate 保育園 2022年 1月 給食献立表 (離乳食)

	章園 			<u> </u>	加及贵丛公	▼ (内世子) 尺/
日付 曜		5~6ヶ月	7~8±1	月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
4 日 火	朝おやつ				/	牛乳・チーズ
18 日 火	午前食					ごはん チキンカレー ひじきと切干大根サラダ ④ゼリー⑩豆腐と水菜のすまし汁 牛乳・菓子
	食材					鶏肉・ツナ缶・牛乳・チーズ・米・じゃが芋マヨネーズ・ゼリー・人参・玉ねぎ・ケチャップ りんご・切干大根・きゅうり・ひじき
5日水	朝おやつ					牛乳•菓子
19日水	午前食					ごはん 豚肉の生姜焼き 白菜のドレッシング和え なめこの味噌汁
	午後食 食材					豚肉・豆腐・味噌・牛乳・米・クラッカー 白菜・人参・きゅうり・なめこ・水菜 いちごジャム
6日木	朝おやつ					牛乳•菓子
20 日 木	午前食					ゆかりごはん ぶりの照り焼き 磯辺和え 里芋と大根の味噌汁
	午後食					牛乳・豆乳もち ぶり・油揚げ・味噌・牛乳・米・里芋
	食材					きゃべつ・ほうれん草・もやし・のり 大根・人参・長ねぎ
7日金	朝おやつ					牛乳•菓子
21 日 金	午前食			/		けんちんうどん 中華風卵焼き 季節のフルーツ
	午後食					牛乳・スイートポテト
	食材					豚肉・油揚げ・卵・かにかま・牛乳・米 うどん・ごま油・片栗粉・人参・大根・ごぼう 玉ねぎ・たけのこ・長ねぎ・小松菜・かぶ
8 ±	朝おやつ					牛乳•菓子
22 日 ±	午前食					中華丼 ささみサラダ 油揚げの味噌汁 バナナ
	午後食					牛乳・菓子 豚肉・かまぼこ・ささみ・油揚げ・味噌・牛乳
	食材		/			米・ごま油・片栗粉・マヨネーズ・白菜 人参・玉ねぎ・ブロッコリー・えのき・バナナ
11 日 火	朝おやつ					牛乳•菓子
24 日 月	午前食					ごはんはんペルフライ野菜とハムの和え物具だくさん味噌汁
	食材					牛乳・菓子 はかべか・卵・ハム・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳豆乳・米・薄力粉・パン粉・ごま油・H/M もやし・きゅうり・人参・大根・わかめ

◎(離乳食)◎ 2022年 1月 給食献立表 ひなた保育園 日付 曜 5~6ヶ月 12~15ヶ月 9~11ヶ月 牛乳・菓子 ごはん カレーマヨチキン フレンチサラダ 豆腐とわかめのスープ 12 日 水 朝おやつ 25 日 火 午前食 午後食 鶏肉・かにかま・豆腐・牛乳・米 食材 マヨネーズ・片栗粉・食パン・バター・えのき きゃべつ・人参・きゅうり・わかめ・ほうれん草 牛乳・菓子 ごはん ポークビーンズ 朝おやつ 13 日 木 26 日 水 午前食 粉ふき芋 カンソメスープ 牛乳・混ぜ込みご飯 午後食 豚肉・大豆・牛乳・米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・ホールトマト・ケチャップ・あおのり 食材 きゃべつ・ほうれん草 ヨーグルト ごはん 朝おやつ 14 日 金 28 日 金 コーン入り味噌バター肉じゃが 午前食 チーズ揚げワンタン もやしと油揚げの味噌汁 午後食 牛乳・レーズン入り蒸しパン 食材 米・じゃが芋・ワンタンの皮・バター 玉ねぎ・人参・万能ねぎ・コーン・もやし・しめじ 牛乳・菓子 鶏と野菜の塩うどん 15 日 土 朝おやつ 29 日 土 かぼちゃ煮 午前食 バナナ 午後食 牛乳·菓子 鶏肉・牛乳う・うどん・長ねぎ・人参 きゃべつ・かぼちゃ・バナナ 食材 牛乳・菓子 ごはん 豆腐ハンバーグ グリーンサラダ かぶのミルクスープ ヨーグルトゼリー・せんべい 朝おやつ 17 日 月 31 日 月 午前食 午後食 食材 牛乳・スキハミルク・米・パン粉・片栗粉・人翁・きゅうり・から マヨネーズ・薄力粉・バター・玉ねぎ・ケチャップ・ゃべつ 牛乳・菓子 ごはん チキン南蛮 プロッコリー 朝おやつ 27 日 木 午前食 じゃが芋と野菜のスープ 午後食 牛乳・菓子 鶏肉・卵・牛乳・チーズ・牛クリーム・米 A A 食材 薄力粉・マヨネーズ・じゃが芋・玉ねぎ ブロッコリー・人参・きゃべつ・レモン果汁 朝おやつ 24 H 午前食 午後食 食材 朝おやつ 午前食 午後食 食材