

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
1日 木 14日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 肉じゃが 磯辺和え 豆腐とわかめの味噌汁	やわらかごはん 肉じゃが 磯辺和え 豆腐とわかめの味噌汁	ごはん 肉じゃが 磯辺和え 豆腐とわかめの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・レーズン入り蒸しパン
	食材		豚肉・豆腐・味噌 米・じゃが芋・砂糖・人参・玉ねぎ・のり ほうれん草・わかめ・キャベツ・もやし	豚肉・豆腐・味噌 米・じゃが芋・油・砂糖・人参・玉ねぎ・のり ほうれん草・わかめ・キャベツ・もやし	豚肉・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳・チーズ 米・じゃが芋・油・砂糖・H/M・人参・玉ねぎ・のり ほうれん草・わかめ・キャベツ・もやし・レーズン
2日 金 19日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		ブルコギ風がゆ ひじきの和え物 豆腐と玉ねぎのすまし汁	ブルコギ風がゆ ひじきの和え物 豆腐と玉ねぎのすまし汁	ブルコギ風丼 ひじきの和え物 豆腐と玉ねぎのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・バナナケーキ
	食材		豚肉・味噌・米 砂糖・片栗粉・玉ねぎ・人参 ひじき・小松菜・小ねぎ	豚肉・味噌・米・油・青のり 砂糖・片栗粉・玉ねぎ・人参 ひじき・小松菜・コーン・小ねぎ	豚肉・味噌・卵・牛乳・米・ごま油・油 砂糖・ごま・片栗粉・H/M・玉ねぎ・人参 蕪・ひじき・小松菜・コーン・バナナ・小ねぎ
3日 土 17日 土 31日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		鶏そぼろがゆ かぼちゃ 豆腐とわかめの味噌汁	鶏そぼろがゆ かぼちゃ 豆腐とわかめの味噌汁	鶏そぼろ丼 かぼちゃの塩バター蒸し 油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・米・砂糖 人参・玉ねぎ・かぼちゃ 長ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・米・砂糖 人参・玉ねぎ・かぼちゃ 長ねぎ・バナナ	鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・米・砂糖 バター・人参・玉ねぎ・かぼちゃ 長ねぎ・バナナ
5日 月 20日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ まーぼー豆腐 中華サラダ わかめスープ	やわらかごはん まーぼー豆腐 中華サラダ わかめスープ	ごはん まーぼー豆腐 中華サラダ わかめスープ
	午後食		ミルク	お茶・鮭がゆ	みかんゼリー・せんべい
	食材		豆腐・豚肉・味噌・米 砂糖・片栗粉 人参・長ねぎ・椎茸・わかめ・きゅうり	豆腐・豚肉・味噌・米・鮭 油・砂糖・片栗粉・春雨 人参・長ねぎ・椎茸・わかめ・きゅうり	豆腐・豚肉・味噌・ハム・卵・牛乳・ゼラチン・米 油・砂糖・片栗粉・ごま油・春雨・ごま・オレンジジュース 人参・長ねぎ・椎茸・生薬・みかん・にら・わかめ・きゅうり
6日 火 21日 水	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食 		おかゆ カレイの煮付け ブロッコリーのおかか和え 野菜の味噌汁	やわらかごはん カレイの煮付け ブロッコリーのおかか和え 野菜の味噌汁	ごはん 揚げそばの甘酢あん ブロッコリーのおかか和え 野菜の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・フレンチトースト
	食材		鯖・鯉節・味噌 米・片栗粉・砂糖 ブロッコリー・もやし・人参・キャベツ・玉ねぎ	鯖・鯉節・味噌 米・片栗粉・油・砂糖・食パン ブロッコリー・もやし・人参・キャベツ・玉ねぎ	鯖・鯉節・油揚げ・味噌・ヨーグルト・卵 米・片栗粉・油・砂糖・バター・食パン ブロッコリー・もやし・人参・キャベツ・玉ねぎ
7日 水 22日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 豚肉の甘辛煮 野菜サラダ なめこの味噌汁	やわらかごはん 豚肉の甘辛煮 野菜サラダ なめこの味噌汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜サラダ なめこの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・味噌 米・キャベツ・人参 きゅうり・なめこ・水菜	豚肉・豆腐・味噌 米・油・キャベツ・人参 きゅうり・なめこ・水菜	豚肉・豆腐・味噌・牛乳・チーズ 米・油・マヨネーズ・キャベツ・人参 きゅうり・なめこ・水菜

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
8日 木 23日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		ほうとううどん 豆腐と野菜のソテー	ほうとううどん 豆腐と野菜のソテー	ごはん 卵焼き オレンジ
	午後食		ミルク	お茶・わかめがゆ	牛乳・わかめおにぎり
	食材		豚肉・味噌・うどん・米 砂糖・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・長ねぎ ほうれん草・豆腐	豚肉・味噌・うどん・油・米 砂糖・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・長ねぎ ほうれん草・わかめ・豆腐	豚肉・味噌・卵・牛乳・うどん・油・米 砂糖・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・長ねぎ ほうれん草・わかめ・オレンジ
9日 金 26日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 夏野菜と鶏肉の煮物 野菜の和え物 豆腐とわかめのすまし汁	やわらかごはん 夏野菜と鶏肉の煮物 野菜の和え物 豆腐とわかめのすまし汁	ごはん 夏野菜カレー 野菜とハムの和え物 豆腐とわかめのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・米・じゃが芋 砂糖・玉ねぎ・人参・なす・もやし ズッキーニ・きゅうり・わかめ	鶏肉・豆腐・米・じゃが芋・油 砂糖・玉ねぎ・人参・なす・もやし ズッキーニ・クチャップ・きゅうり・わかめ	鶏肉・牛乳・豆腐・米・じゃが芋・油 砂糖・ごま油・玉ねぎ・人参・なす・もやし ズッキーニ・クチャップ・きゅうり・わかめ
10日 土 24日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		ミートうどん 粉ふき芋 きのこのすまし汁 バナナ	ミートうどん 粉ふき芋 きのこのすまし汁 バナナ	ミートパスタ 粉ふき芋 きのこのすまし汁 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・うどん・砂糖・じゃが芋 玉ねぎ・人参・青のり・しめじ・えのき・ピーマン・わかめ マッシュルーム・ホールトマト	豚肉・うどん・油・砂糖・じゃが芋 玉ねぎ・人参・青のり・しめじ・えのき・ピーマン・わかめ マッシュルーム・ホールトマト・クチャップ・バナナ	豚肉・牛乳・スパゲティ・油・砂糖・じゃが芋 玉ねぎ・人参・青のり・しめじ・えのき・ピーマン・わかめ マッシュルーム・ホールトマト・クチャップ・バナナ
13日 火 27日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ	やわらかごはん 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ	ごはん タンドリーチキン かぼちゃサラダ コンソメスープ
	午後食		ミルク	お茶・煮込みうどん	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・米 かぼちゃ・きゅうり 人参・キャベツ・玉ねぎ	鶏肉・米・うどん 油・かぼちゃ・きゅうり 人参・キャベツ・玉ねぎ	鶏肉・ヨーグルト・ハム・牛乳・米 油・マヨネーズ・クチャップ・かぼちゃ・きゅうり 人参・キャベツ・玉ねぎ
15日 木 30日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鮭の照り焼き 小松菜の白和え 大根とえのきの味噌汁	やわらかごはん 鮭の照り焼き 小松菜の白和え 大根とえのきの味噌汁	ごはん 鮭の照り焼き 小松菜の白和え 大根とえのきの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鮭・豆腐・味噌・米 砂糖・小松菜・人参 大根・えのき	鮭・豆腐・味噌・米 油・砂糖・小松菜・人参 大根・えのき	鮭・豆腐・味噌・油揚げ・牛乳・米 油・ごま・砂糖・小松菜・人参 大根・えのき
16日 金 28日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐入りのしどり ひじきのサラダ 玉ねぎとえのきの味噌汁	やわらかごはん 豆腐入りのしどり ひじきのサラダ 玉ねぎとえのきの味噌汁	ごはん 豆腐入りのしどり ひじきと切り干し大根のサラダ 油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・マカロニきなこ	牛乳・マカロニきなこ
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・ツナ・味噌 米・パン粉・砂糖・青のり 人参・ひじき・きゅうり・玉ねぎ・えのき・わかめ	鶏肉・豆腐・味噌・ツナ・味噌 きな粉・米・パン粉・砂糖・マカロニ・青のり 人参・ひじき・きゅうり・玉ねぎ・えのき・わかめ	鶏肉・豆腐・味噌・ツナ・油揚げ・味噌・牛乳 きな粉・米・パン粉・砂糖・マカロニ・青のり 人参・切り干し大根・ひじき・きゅうり・玉ねぎ・えのき・わかめ
29日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐の煮物 フレンチポテトサラダ 野菜スープ	やわらかごはん 豆腐の煮物 フレンチポテトサラダ 野菜スープ	ごはん はんぺんのフライ フレンチポテトサラダ 野菜スープ
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・メロンパントースト
	食材		豆腐・米 じゃが芋・砂糖・豆腐 人参・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・チンゲン菜	豆腐・米・豆腐 じゃが芋・砂糖・食パン 人参・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・チンゲン菜	はんぺん・卵・ハム・チーズ・牛乳・米・薄力粉 パン粉・油・じゃが芋・砂糖・食パン・バター 人参・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・チンゲン菜

	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 14日 水	牛乳 チーズ	ごはん	肉じゃが 磯辺和え 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 レーズン入り蒸しパン	ぶたにく みそ とうにゅう きゅうにゅう とうふ ちーず あぶらあげ	こめ さとう じゃがいも H/M しらたき あぶら	にんじん きゃべつ たまねぎ もやし ほうれんそう のり わかめ れーずん	497kcal 18.8g 脂: 19.3g 塩: 1.6g
2日 金 19日 月	牛乳 菓子	ブルコギ風丼	ひじきの和え物 中華風かきたま汁	牛乳 バナナケーキ	ぶたにく みそ たまご きゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら かたくりこ あぶら H/M さとう	たまねぎ こまつな にんじん こーん にら ばなな ひじき こねぎ	530kcal 18.9g 脂: 21.5g 塩: 1.6g
3日 土 17日 土 31日 土	牛乳 菓子	鶏そぼろ丼	かぼちゃの塩バター蒸し 油揚げの味噌汁 バナナ ⑩オレンジ	牛乳 菓子	とりにく とうふ みそ きゅうにゅう	こめ さとう ばたー	にんじん ながねぎ たまねぎ ばなな かぼちゃ おれんじ	471kcal 17.0g 脂: 15.4g 塩: 1.4g
5日 月 20日 火	牛乳 菓子	ごはん	まーぼー豆腐 中華サラダ わかめスープ	みかんゼリー せんべい	とうふ たまご ぶたにく きゅうにゅう みそ ぜらちん はむ	こめ ごまあぶら あぶら はるさめ さとう ごま かたくりこ	にんじん にら・わかめ ながねぎ きゅうり しいたけ たまねぎ しょうが・みかん おれんじ・じゃーず	447kcal 15.7g 脂: 15.5g 塩: 1.5g
6日 火 21日 水	ヨーグルト	ごはん	揚げさばの甘酢あん ブロッコリーのおかか和え 野菜の味噌汁	牛乳 フレンチトースト	さば よーくると かつおぶし きゅうにゅう あぶらあげ たまご みそ	こめ ばたー かたくりこ しょうぼん あぶら さとう	ぶろっこりー たまねぎ もやし にんじん きゃべつ	452kcal 21.0g 脂: 17.9g 塩: 1.4g
7日 水 22日 木	牛乳 チーズ	ごはん	豚肉の生姜焼き 野菜サラダ なめこの味噌汁	牛乳 菓子	ぶたにく きゅうにゅう かにかま ちーず とうふ みそ	こめ あぶら まよねーず	きゃべつ みずな にんじん きゅうり なめこ	492kcal 22.1g 脂: 21.5g 塩: 1.6g
8日 木 23日 金	牛乳 菓子	ほうとううどん	卵焼き オレンジ	牛乳 わかめおにぎり	ぶたにく きゅうにゅう みそ かにかま たまご	うどん あぶら さとう こめ	かぼちゃ ほうれんそう にんじん わかめ たまねぎ おれんじ ながねぎ	466kcal 17.1g 脂: 17.2g 塩: 1.9g
9日 金 26日 月	牛乳 菓子	ごはん	夏野菜カレー 野菜とハムの和え物 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 菓子	とりにく はむ きゅうにゅう とうふ	こめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ けちやつぶ にんじん きゅうり なす・もやし わかめ ずっきーに	461kcal 19.9g 脂: 15.7g 塩: 1.8g
10日 土 24日 土	牛乳 菓子	ミートパスタ	粉ふき芋 きのこのすまし汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく きゅうにゅう	ずばけてい あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ・にんじん びーまん あおのり ほうろくとまと しめじ・えのき けちやつぶ まっしゅるーむ ばなな・わかめ	450kcal 17.5g 脂: 14.1g 塩: 2.5g
13日 火 27日 火	牛乳 菓子	ごはん	タンドリーチキン かぼちゃサラダ コンソメスープ	牛乳 菓子	とりにく よーくると はむ きゅうにゅう	こめ あぶら まよねーず	けちやつぶ きゃべつ かぼちゃ たまねぎ きゅうり にんじん	492kcal 19.5g 脂: 18.1g 塩: 1.5g
15日 木 30日 金	牛乳 菓子	ごはん	鮭の照り焼き 小松菜の白和え 大根とえのきの味噌汁	牛乳 菓子	さけ きゅうにゅう とうふ みそ あぶらあげ	こめ あぶら ごま さとう	こまつな にんじん だいこん えのき	440kcal 21.3g 脂: 15.9g 塩: 1.3g
16日 金 28日 水	牛乳 菓子	ごはん	豆腐入りのしどり ひじきと切り干し大根のサラダ 油揚げの味噌汁	牛乳 マカロニきなこ	とりにく あぶらあげ とうふ みそ みそ きゅうにゅう つな きなこ	こめ まかろに ばんこ さとう まよねーず	あおのり きゅうり にんじん たまねぎ きりぼしだいこん えのき ひじき わかめ	486kcal 20.8g 脂: 18.3g 塩: 1.5g
29日 木 	牛乳 菓子	ゆかりごはん	はんぺんのフライ フレンチポテトサラダ 野菜スープ	牛乳 メロンパントースト	はんぺん きゅうにゅう たまご はむ ちーず	こめ じゃがいも はくりきこ さとう ばんこ しょうぼん あぶら ばたー	にんじん ちんげんさい きゅうり きゃべつ たまねぎ	532kcal 19.8g 脂: 18.8g 塩: 1.8g

⇒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。



今月の平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
475kcal	19.1g	17.6g	1.6g

2024年 8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 14日 水	ごはん	肉じゃが 磯辺和え 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 レーズン入り蒸しパン	ぶたにく みそ とうにゅう きゅうにゅう とうふ あぶらあげ	こめ さとう じゃがいも H/M しらたき あぶら	にんじん きゃべつ たまねぎ もやし ほうれんそう のり わかめ れーずん	542kcal 18.4g 脂: 18.0g 塩: 1.6g
2日 金 19日 月	ブルコギ風丼	ひじきの和え物 中華風かきたま汁	牛乳 バナナケーキ	ぶたにく みそ たまご ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら かたくりこ あぶら H/M さとう	たまねぎ こまつな にんじん こーん にら ばなな ひじき こねぎ	590kcal 21.3g 脂: 23.4g 塩: 1.9g
3日 土 17日 土 31日 土	鶏そぼろ丼	かぼちゃの塩バター蒸し 油揚げの味噌汁 バナナ ⑰オレンジ	牛乳 菓子	とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう ばたー	にんじん ながねぎ たまねぎ ばなな かぼちゃ おれんじ	512kcal 18.5g 脂: 14.8g 塩: 1.7g
5日 月 20日 火	ごはん	まーぼー豆腐 中華サラダ わかめスープ	みかんゼリー せんべい	とうふ たまご ぶたにく きゅうにゅう みそ ぜらちん はむ	こめ ごまあぶら あぶら はるさめ さとう ごま かたくりこ	にんじん にら・わかめ ながねぎ きゅうり しいたけ たまねぎ しょうが・みかん おれんじゆーず	475kcal 16.1g 脂: 15.5g 塩: 1.8g
6日 火 21日 水	ごはん	揚げさばの甘酢あん ブロッコリーのおかか和え 野菜の味噌汁	牛乳 フレンチトースト	さば たまご かつおぶし きゅうにゅう あぶらあげ みそ	こめ ばたー かたくりこ しょくぼん あぶら さとう	ぶろっこりー たまねぎ もやし にんじん きゃべつ	537kcal 24.1g 脂: 20.4g 塩: 2.1g
7日 水 22日 木	ごはん	豚肉の生姜焼き 野菜サラダ なめこの味噌汁	牛乳 菓子	ぶたにく きゅうにゅう かにかま とうふ みそ	こめ あぶら まよねーず	きゃべつ みずな にんじん きゅうり なめこ	531kcal 22.1g 脂: 20.7g 塩: 1.5g
8日 木 23日 金	ほうとううどん	卵焼き オレンジ	牛乳 わかめおにぎり	ぶたにく きゅうにゅう みそ かにかま たまご	うどん あぶら さとう こめ	かぼちゃ ほうれんそう にんじん わかめ たまねぎ おれんじ ながねぎ	436kcal 22.0g 脂: 15.0g 塩: 2.0g
9日 金 26日 月	ごはん	夏野菜カレー 野菜とハムの和え物 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 菓子	とりにく はむ ぎゅうにゅう とうふ	こめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ けちやつぶ にんじん きゅうり なす・もやし わかめ すつきーに	521kcal 18.9g 脂: 18.7g 塩: 2.4g
10日 土 24日 土	ミートパスタ	粉ふき芋 きのこのすまし汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう	すはげてい あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ・にんじん ぴーまん あおのり ぼーるとまと しめじ・えのき けちやつぶ まっしゅるーむ ばなな・わかめ	476kcal 19.3g 脂: 14.1g 塩: 2.9g
13日 火 27日 火	ごはん	タンドリーチキン かぼちゃサラダ コンソメスープ	牛乳 菓子	とりにく よーくると はむ ぎゅうにゅう	こめ あぶら まよねーず	けちやつぶ きゃべつ かぼちゃ たまねぎ きゅうり にんじん	543kcal 21.5g 脂: 19.1g 塩: 1.8g
15日 木 30日 金	ごはん	鮭の照り焼き 小松菜の白和え 大根とえのきの味噌汁	牛乳 菓子	さけ きゅうにゅう とうふ みそ あぶらあげ	こめ あぶら ごま さとう	こまつな にんじん だいこん えのき	481kcal 24.0g 脂: 16.9g 塩: 1.6g
16日 金 28日 水	ごはん	豆腐入りのしどり ひじきと切り干し大根のサラダ 油揚げの味噌汁	牛乳 マカロニきなこ	とりにく あぶらあげ とうふ みそ みそ きゅうにゅう つな きなこ	こめ まかろに ばんこ さとう まよねーず	あおのり きゅうり にんじん たまねぎ さひだしいん えのき ひじき わかめ	514kcal 22.3g 脂: 17.4g 塩: 1.8g
29日 木	ゆかりごはん	はんぺんのフライ フレンチポテトサラダ 野菜スープ	牛乳 メロンパントースト	はんぺん きゅうにゅう たまご はむ ちーず	こめ じゃがいも はくりきこ さとう ばんこ しょくぼん あぶら ばたー	にんじん ちんげんさい きゅうり きゃべつ たまねぎ	599kcal 22.0g 脂: 19.6g 塩: 2.1g

⇒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。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
523kcal	20.8g	17.9g	17.9g