

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
1 日 土 15 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		肉うどん さつまいも煮	肉うどん さつまいも煮 バナナ	肉うどん さつまいも煮 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・さつま芋・砂糖 大根・人参・小松菜・長ねぎ	豚肉・うどん・さつま芋・砂糖 大根・人参・小松菜・長ねぎ・バナナ 米	豚肉・牛乳・うどん・さつま芋・砂糖 大根・人参・小松菜・長ねぎ・バナナ
3 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 照り焼きチキン 三色野菜のおかか和え 根菜汁	やわらかごはん 照り焼きチキン 三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 三色野菜のおかか和え 根菜汁
	午後食		ミルク	お茶・きなこがゆ	牛乳・恵方ロールケーキ
	食材		鶏肉・鰹節・豆腐・米 砂糖・玉ねぎ 人参・小松菜・もやし・大根・長ねぎ	鶏肉・鰹節・豆腐・きな粉・米・油 砂糖・玉ねぎ 人参・小松菜・もやし・大根・ごぼう・長ねぎ	鶏肉・鰹節・豆腐・牛乳・きな粉・米・油 HM・マーガリン・砂糖・玉ねぎ・のり・ケチャップ 人参・小松菜・もやし・大根・ごぼう・長ねぎ
4 日 火 17 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ じゃが芋と鶏肉の煮物 野菜の和え物 豆腐とわかめのすまし汁	やわらかごはん じゃが芋と鶏肉の煮物 野菜の和え物 豆腐とわかめのすまし汁	ごはん 冬野菜カレー 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・人参・玉ねぎ もやし・わかめ・きゅうり	鶏肉・豆腐・米 じゃが芋・油・砂糖・人参・玉ねぎ もやし・わかめ・きゅうり	鶏肉・ハム・豆腐・牛乳・チーズ・米 じゃが芋・油・砂糖・ごま油・れんこん・人参・玉ねぎ ケチャップ・りんご・もやし・わかめ・きゅうり
5 日 水 18 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ カレイの味噌煮 高野豆腐入りひじき煮 麩と水菜のすまし汁	やわらかごはん カレイの味噌煮 高野豆腐入りひじき煮 麩と水菜のすまし汁	ごはん さばの味噌焼き 高野豆腐入りひじき煮 麩と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・レーズン蒸しパン
	食材		鯖・味噌・高野豆腐・米・砂糖 麩・ひじき・人参・水菜 わかめ	鯖・味噌・高野豆腐・米・砂糖・油 麩・ひじき・人参・水菜 わかめ・青のり	鯖・味噌・高野豆腐・牛乳・豆腐・米・砂糖・油 麩・HM・ひじき・人参・水菜 わかめ・レーズン
6 日 木 19 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 麻婆豆腐 中華サラダ わかめスープ	やわらかごはん 麻婆豆腐 中華サラダ わかめスープ	ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ わかめスープ
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・ジャムサンド
	食材		豆腐・豚肉・味噌 米・砂糖・片栗粉 人参・長ねぎ・椎茸・きゅうり・わかめ・玉ねぎ	豆腐・豚肉・味噌・食パン 米・砂糖・片栗粉・春雨 人参・長ねぎ・椎茸・きゅうり・わかめ・玉ねぎ	豆腐・豚肉・味噌・ハム・卵・牛乳・食パン 米・油・砂糖・片栗粉・ごま油・春雨・ごま 人参・長ねぎ・椎茸・にら・きゅうり・わかめ・玉ねぎ・ジャム・マーガリン
7 日 金 20 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り焼き ほうれん草の納豆和え もやしの味噌汁	やわらかごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草の納豆和え もやしの味噌汁	ごはん とり天 ほうれん草の納豆和え もやしと油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・納豆・鰹節・味噌 ほうれん草・人参 もやし・しめじ・小ねぎ	鶏肉・納豆・鰹節・味噌・豆腐 油・ほうれん草・人参 もやし・しめじ・小ねぎ	鶏肉・納豆・鰹節・油揚げ・味噌・ヨーグルト 牛乳・米・天ぷら粉・油・ほうれん草・人参 もやし・しめじ・小ねぎ

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
8 日 土 22 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		ブルコギ風丼がゆ 粉ふき芋 わかめスープ	ブルコギ風丼がゆ 粉ふき芋 わかめスープ バナナ	ブルコギ風丼 粉ふき芋 わかめスープ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・米・砂糖 片栗粉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 青のり・わかめ	豚肉・味噌・米・油・砂糖 片栗粉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 青のり・わかめ・バナナ	豚肉・味噌・牛乳・米・ごま油・油・砂糖 ごま・片栗粉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 にら・青のり・わかめ・バナナ
10 日 月 21 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		野菜あんかけうどん 擬製豆腐	野菜あんかけうどん 擬製豆腐	野菜あんかけうどん 擬製豆腐
	午後食		ミルク	お茶・おなかチーズがゆ	牛乳・おなかチーズおにぎり
	食材		豚肉・豆腐 うどん・砂糖・米・白菜・人参 玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・ひじき・椎茸・長ねぎ	豚肉・豆腐・チーズ・米 うどん・油・砂糖・米・白菜・人参 玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・ひじき・椎茸・長ねぎ・鰹節	豚肉・かまぼこ・豆腐・鶏肉・卵・牛乳 うどん・ごま油・油・砂糖・米・白菜・人参・チーズ 玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・ひじき・椎茸・長ねぎ・鰹節
12 日 水 25 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 肉じゃが おひたし 大根の味噌汁	やわらかごはん 肉じゃが おひたし 大根の味噌汁	ごはん 肉じゃが 磯辺和え 大根と油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・鮭がゆ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・米・じゃが芋 砂糖・人参・玉ねぎ・白菜・ほうれん草 もやし・大根	豚肉・味噌・米・じゃが芋 砂糖・人参・玉ねぎ・白菜・ほうれん草 もやし・大根・鮭	豚肉・味噌・牛乳・油揚げ・米・じゃが芋・油 砂糖・人参・玉ねぎ・白菜・ほうれん草 もやし・のり・大根
13 日 木 26 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ たら照り焼き 人参の金平 なめこの味噌汁	やわらかごはん たら照り焼き 金平ごぼう なめこの味噌汁	ごはん たらのコーンマヨ焼き 金平ごぼう なめこの味噌汁
	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		たら・味噌・豆腐・米 砂糖 人参・なめこ・水菜	たら・味噌・きな粉・豆腐・米 油・砂糖 ごぼう・人参・なめこ・水菜・マカロニ	たら・牛乳・味噌・きな粉・豆腐・米 マヨネーズ・油・砂糖・ごま油・ごま・コーン ごぼう・人参・なめこ・水菜・マカロニ
14 日 金 28 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ ハンバーグ さつまいもとお豆のサラダ 白菜のスープ	やわらかごはん ハンバーグ さつまいもとお豆のサラダ 白菜のスープ	ごはん おからハンバーグ さつまいもとお豆のサラダ 白菜のスープ
	午後食		ミルク	お茶・食パン	④ココアプリン⑥牛乳・シュガートースト
	食材		豚肉・大豆・米・パン粉 薄力粉・砂糖・さつまいも 玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり・人参・白菜	豚肉・大豆・米・パン粉・食パン 薄力粉・油・砂糖・さつまいも 玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり・人参・白菜	豚肉・卵・ベーコン・牛乳・米・パン粉・おから・食パン・ゼラチン 薄力粉・油・砂糖・さつまいも・ごま・マヨネーズ・マーガリン 玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり・人参・白菜・生クリーム
27 日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		タヤけがゆ じゃが芋のそぼろ煮 野菜サラダ 豆腐とわかめのスープ	タヤけがゆ じゃが芋のそぼろ煮 野菜サラダ 豆腐とわかめのスープ	タヤけごはん スコップコロケ 野菜サラダ 豆腐とわかめのスープ
	午後食		ミルク	お茶・煮込みうどん	牛乳・ホットケーキ
	食材		豚肉・米・じゃが芋 パン粉・人参・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・長ねぎ	豚肉・米・じゃが芋・油・うどん パン粉・人参・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・長ねぎ・バナナ	豚肉・卵・牛乳・米・じゃが芋・油・H/M パン粉・マヨネーズ・ごま油・人参・玉ねぎ・砂糖 ケチャップ・キャベツ・きゅうり・長ねぎ・バナナ・マーガリン

	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 土 15 日 土	牛乳 菓子	肉うどん	さつまいも煮 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう	うどん さつまいも さとう	だいこん ばなな にんじん こまつな ながねぎ	449kcal 16.6g 脂: 14.2g 塩: 1.3g
3 日 月 	牛乳 菓子	鬼の顔ごはん	照り焼きチキン 三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 とうふ かつおぶし ぎゅうにゅう きなこ	こめ さとう あぶら H/M まーがりん	たまねぎ こまつな けちやつぶ もやし のり・にんじん だいこん ながねぎ ごぼう	484kcal 21.3g 脂: 19.8g 塩: 1.3g
4 日 火 17 日 月	牛乳 チーズ	ごはん	冬野菜カレー 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 ちーず はむ 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	れんこん りんご にんじん もやし たまねぎ きゅうり けちやつぶ わかめ	487kcal 18.9g 脂: 19.0g 塩: 2.0g
5 日 水 18 日 火	牛乳 菓子	ごはん	さばの味噌焼き 高野豆腐入りひじき煮 麩と水菜のすまし汁	牛乳 レーズン蒸しパン	さば とうにゅう みそ こうやとうふ ぎゅうにゅう	こめ H/M さとう あぶら ふ	ひじき れーずん にんじん みずな わかめ	481kcal 20.8g 脂: 17.8g 塩: 1.3g
6 日 木 19 日 水	牛乳 菓子	ごはん	麻婆豆腐 中華サラダ わかめスープ	牛乳 ジャムサンド	とうふ たまご ぶたにく ぎゅうにゅう みそ はむ	こめ・ごま ごまあぶら あぶら はるさめ さとう まーがりん かたくりこ しょうばん	にんじん わかめ ながねぎ たまねぎ しいたけ じゃむ にら きゅうり	531kcal 20.4g 脂: 19.1g 塩: 2.0g
7 日 金 20 日 木	ヨーグルト	ごはん	とり天 ほうれん草の納豆和え もやしと油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく みそ なっとう よーぐると かつおぶし ぎゅうにゅう あぶらあげ	こめ てんぷらこ あぶら	ほうれんそう こねぎ にんじん もやし しめじ	451kcal 23.2g 脂: 15.8g 塩: 1.3g
8 日 土 22 日 土	牛乳 菓子	ブルコギ風丼	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら かたくりこ あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ わかめ にんじん ばなな にら あおのり	489kcal 17.0g 脂: 18.5g 塩: 1.5g
10 日 月 21 日 金	牛乳 菓子	野菜あんかけうどん	揚げ豆腐 季節のフルーツ	牛乳 チーズおかかおにぎり	ぶたにく たまご かまぼこ ぎゅうにゅう とうふ かつおぶし とりにく ちーず	うどん こめ ごまあぶら あぶら さとう	はくさい もやし・ひじき にんじん ふるーつ たまねぎ しいたけ ちんげんさい ながねぎ	461kcal 21.1g 脂: 16.5g 塩: 2.1g
12 日 水 25 日 火	牛乳 チーズ	ごはん	肉じゃが 磯辺和え 大根と油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	ぶたにく ちーず あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも しらたき あぶら	にんじん もやし たまねぎ のり きゃべつ だいこん ほうれんそう	471kcal 15.4g 脂: 16.7g 塩: 1.3g
13 日 木 26 日 水	牛乳 菓子	ごはん	たらこのコーンマヨ焼き 金平ごぼう なめこの味噌汁	牛乳 マカロニきなこ	たら きなこ とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら まよねーず まかうに あぶら ごま さとう	こーん みずな ごぼう にんじん なめこ	447kcal 20.1g 脂: 15.4g 塩: 1.1g
14 日 金 28 日 金 	牛乳 菓子	ごはん	おからハンバーグ さつま芋とお豆のサラダ 白菜のスープ	⑭ココアプリン ⑯牛乳・シュガートースト	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご おから だいず ぜらちん ペーこん なまくりーむ	こめ・ごま さとう ばんこ さつまいも しょうばん まーがりん あぶら まよねーず	たまねぎ はくさい けちやつぶ なまくりーむ きゅうり にんじん	468kcal 17.6g 脂: 19.2g 塩: 0.7g
27 日 木 	牛乳 菓子	タヤけごはん	スコップコロケ 野菜サラダ 卵スープ	牛乳 ホットケーキ	ぶたにく かにかま たまご ぎゅうにゅう	こめ・あぶら まよねーず じゃがいも ごまあぶら さとう H/M ばんこ まーがりん	にんじん きゅうり たまねぎ ながねぎ けちやつぶ わかめ きゃべつ	490kcal 16.3g 脂: 19.3g 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
476kcal	19.1g	17.5g	1.4g

2025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 土 15 日 土	肉うどん	さつまいも煮 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう	うどん さつまいも さとう	だいこん ばなな にんじん こまつな ながねぎ	489kcal 18.2g 脂: 14.2g 塩: 1.3g
3 日 月 	鬼の顔ごはん	照り焼きチキン 三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 とうふ かつおぶし ぎゅうにゅう きなこ	こめ さとう あぶら H/M まーがりん	たまねぎ こまつな けちゃっぶ もやし のり・にんじん だいこん ながねぎ ごぼう	527kcal 23.8g 脂: 20.2g 塩: 1.6g
4 日 火 17 日 月	ごはん	冬野菜カレー 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 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	れんこん りんご にんじん もやし たまねぎ きゅうり けちゃっぶ わかめ	528kcal 18.5g 脂: 17.7g 塩: 2.1g
5 日 水 18 日 火	ごはん	さばの味噌焼き 高野豆腐入りひじき煮 麩と水菜のすまし汁	牛乳 レーズン蒸しパン	さば とうにゅう みそ こうやどうふ ぎゅうにゅう	こめ H/M さとう あぶら ふ	ひじき れーずん にんじん みずな わかめ	490kcal 22.4g 脂: 16.3g 塩: 1.4g
6 日 木 19 日 水	ごはん	麻婆豆腐 中華サラダ わかめスープ	牛乳 ジャムサンド	とうふ たまご ぶたにく ぎゅうにゅう みそ はむ	こめ・ごま ごまあぶら あぶら はるさめ さとう まーがりん かたくりこ しょうぼん	にんじん わかめ ながねぎ たまねぎ しいたけ じゃむ にら きゅうり	594kcal 22.8g 脂: 21.0g 塩: 2.2g
7 日 金 20 日 木	ごはん	とり天 ほうれん草の納豆和え もやしと油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく みそ なっとう ぎゅうにゅう かつおぶし あぶらあげ	こめ てんぷらこ あぶら	ほうれんそう こねぎ にんじん もやし しめじ	523kcal 26.2g 脂: 17.7g 塩: 1.5g
8 日 土 22 日 土	ブルコギ風丼	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら かたくりこ あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ わかめ にんじん ばなな にら あおりのり	531kcal 18.3g 脂: 18.2g 塩: 1.8g
10 日 月 21 日 金	野菜あんかけうどん	擬製豆腐 季節のフルーツ	牛乳 チーズおかかおにぎり	ぶたにく たまご かまぼこ ぎゅうにゅう とうふ かつおぶし とりにく ちーず	うどん こめ ごまあぶら あぶら さとう	はくさい ちやし・ひじき にんじん ぶる一つ たまねぎ しいたけ ちんげんさい ながねぎ	505kcal 23.5g 脂: 17.0g 塩: 2.4g
12 日 水 25 日 火	ごはん	肉じゃが 磯辺和え 大根と油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも しらたき あぶら	にんじん もやし たまねぎ のり きゃべつ だいこん ほうれんそう	509kcal 16.4g 脂: 15.9g 塩: 1.5g
13 日 水 26 日 火	ごはん	たらのコーンマヨ焼き 金平ごぼう なめこの味噌汁	牛乳 マカロニきなこ	たら きなこ とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら まよねーず まかろに あぶら ごま さとう	コーン みずな ごぼう にんじん なめこ	524kcal 23.1g 脂: 17.8g 塩: 1.6g
14 日 木 28 日 水 	ごはん	おからハンバーグ さつま芋とお豆のサラダ 白菜のスープ	⑭ココアプリン ㊟牛乳・シュガートースト	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご おから だいず ぜらちん パーこん なまくりーむ	こめ・ごま さとう ばんこ さつまいも しょうぼん まーがりん あぶら まよねーず	たまねぎ はくさい けちゃっぶ なまくりーむ きゅうり にんじん	507kcal 18.8g 脂: 20.5g 塩: 0.8g
27 日 木 	タヤけごはん	スコップコロケ 野菜サラダ 卵スープ	牛乳 ホットケーキ	ぶたにく かにかま たまご ぎゅうにゅう	こめ・あぶら まよねーず じゃがいも ごまあぶら さとう H/M ばんこ まーがりん	にんじん きゅうり たまねぎ ながねぎ けちゃっぶ わかめ きゃべつ	536kcal 17.5g 脂: 19.7g 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	20.9g	18.0g	1.7g