

日	曜日	1~2歳児昼食		食 材			その他	離乳食 <後期> きざみ
		間 食(おやつ)		血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)	調味料等	間 食(おやつ)
1 15	月	鶏そぼろ丼	鶏肉	米、白砂糖、油	人参、玉葱	醤油	軟飯	
		キャベツのサラダ		白砂糖、ごま油	キャベツ、胡瓜、人参	醤油、酢	鶏そぼろ煮	
		みそ汁	生揚げ、みそ		玉葱	かつお節	野菜和え	
		牛乳/お菓子盛り合わせ	牛乳/(チーズ)	/お菓子(せんべい)			みそ汁	
2 16 30	火	ご飯		米		酒、みりん、醤油	軟飯	
		煮魚	魚		青菜、人参	醤油、かつお節	煮魚	
		青菜のおかか和え	糸けずり節		玉葱	かつお節	青菜のおかか和え	
		みそ汁	わかめ、みそ	じゃが芋			みそ汁	
3 17	水	牛乳/ピザトースト	牛乳/	/パン、ピザソース	/野菜ペースト		野菜ペーストサンド	
		五目うどん	鶏肉	うどん	青菜、玉葱、人参	みりん、醤油、塩、かつお節、出し昆布	煮込みうどん	
		かぼちゃの甘煮	果物	三温糖	南瓜	醤油、塩、かつお節	かぼちゃの甘煮	
		牛乳/ツナこんぶおにぎり	牛乳/ツナ缶、こんぶ	/米(ふりかけ)		/塩	ふりかけごはん	
4 18	木	マーボー丼	豆腐、豚肉、みそ	米、片栗粉、白砂糖、ごま油	生姜、にら、葱	酒、醤油	軟飯	
		伴三糸		白砂糖、ごま油	胡瓜、人参、もやし	醤油、酢	豆腐と野菜のみそ煮	
		みそ汁	みそ		玉葱、チンゲン菜	かつお節	野菜和え	
		牛乳/ジャムサンドクラッカー	牛乳/(チーズ)	/ジャムクラッカー(せんべい)			みそ汁	
5 19	金	パン		パン		中濃ソース、塩、トクメチン	パン	
		ハンバーグ	豚肉	パン粉、白砂糖、油	玉葱	醤油、塩、酢	じゃが芋のそぼろ煮	
		人参とコーンの和え物		油、白砂糖	キャベツ、ホールコーン缶、人参	コンソメ、塩	野菜和え	
		コンソメスープ	ゼリー	ベーコン	青菜、人参		コンソメスープ	
8 22	月	牛乳/五平もち	牛乳/赤みそ	/米、白砂糖(ふりかけ)		/酒、みりん	ふりかけごはん	
		ご飯		米		酒、醤油	軟飯	
		魚の竜田揚げ	魚	片栗粉、油	生姜	醤油、塩、かつお節	煮魚	
		大根の含め煮	油揚げ、ひじき	白砂糖、油	大根、人参	かつお節	大根の煮物	
9 23	火	豚汁	みそ、豚肉、豆腐	油	玉葱、人参		みそ汁	
		牛乳/ふかし芋	牛乳/	/さつま芋			ふかし芋	
		キーマカレー	豚ひき肉	米、じゃが芋、油	生姜、玉葱、人参、トマトピューレ	中濃ソース、塩、トクメチン、カレーの玉子粉	軟飯	
		コールスローサラダ		白砂糖	キャベツ、人参、コーン缶	塩、酢、卵なしマヨネーズ	そぼろ煮	
10 24	水	わかめスープ	わかめ		玉葱、えのきたけ	醤油、塩、かつお節	野菜和え	
		牛乳/ジャムサンド	牛乳/	/ジャム、パン	/野菜ペースト		わかめスープ	
		肉野菜煮込みうどん	豚肉	うどん	キャベツ、玉葱、人参	醤油、塩、かつお節、出し昆布	煮込みうどん	
		牛乳/チーズおかかおにぎり	牛乳/チーズおかか	/米(ふりかけ)		/塩	ふりかけごはん	
11 25	木	二色ナムル	果物	白砂糖、ごま油	青菜、人参	醤油、酢	二色野菜	
		ご飯		米		酒、醤油、かつお節	軟飯	
		肉じゃが	豚肉	じゃが芋、白砂糖、油	玉葱、人参、いんげん		肉じゃが	
		キャベツの塩こんぶ和え	塩こんぶ		キャベツ、人参、胡瓜	かつお節	野菜和え	
12 26	金	みそ汁	みそ		大根、玉葱		みそ汁	
		牛乳/ホットケーキ	牛乳/牛乳(チーズ)	/ホットケーキミックス(ウエハース)			ウエハース、チーズ	
		パン		パン		酒、醤油、みりん	パン	
		照り焼きチキン	鶏肉	白砂糖	ブロッコリー、人参	塩、かつお節	鶏肉の煮物	
12 26	金	ブロッコリーのおかか和え			玉葱、人参	醤油、塩、かつお節	野菜和え	
		野菜スープ	ゼリー	ベーコン			野菜スープ	
		牛乳/鶏そぼろおにぎり	牛乳/鶏そぼろ	/米(ふりかけ)		/醤油	ふりかけごはん	

今月の平均エネルギー 1~2歳児: 480 kcal (離乳食後期 2/3)

※1~2歳児は毎日 午前・午後に牛乳を50cc飲んでます

- 今月の使用予定果物: りんご・バナナ・みかん(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)
(デザートは、果物からヨーグルト、ゼリーに変更している日があります。上記の献立をご覧ください。)
- 今月の補食は、お好み焼き・ポテトフライ・かにぱん・焼きおにぎり・マカロニきな粉です。
- 献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。
献立が変更になった場合はお知らせします。

☆毎日、実際の給食の写真を潮保育室のホームページに掲載しています。

こちらのQRコードからご覧になれます ⇒

