

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)
24	月	ご飯 鶏肉のみそ焼 お浸し 清汁 ジャムサンドクラッカー	鶏肉、みそ 糸けずり節 かまぼこ・紅	米 白砂糖	生姜 青菜、人参、もやし 玉葱	酒、みりん 醤油、かつお節 醤油、塩、かつお節	ご飯 鶏と野菜の煮物 清汁 おせんべい
11	火	ご飯 カラスガレイの煮つけ ブロッコリー、トマト 豚汁 牛乳/ピザトースト	カラスガレイ 豆腐、みそ、豚肉	米 白砂糖 油	生姜 ブロッコリー、トマト ごぼう、玉葱、人参、大根	酒、みりん、醤油 かつお節	ご飯 魚の二色野菜煮 みそ汁 パン
12	水	塩焼きそば コーンサラダ わかめスープ 牛乳/鮭おにぎり	豚肉 わかめ	麺 油	玉葱、人参、キャベツ 胡瓜、ホールコーン缶、白菜 もやし	塩 塩、酢、白こしょう	煮込みうどん 白菜のそぼろあん 鮭がゆ
13	木	マーボー丼 伴三糸 チンゲン菜のスープ 牛乳/リンゴジャムサンド	豆腐、豚肉、みそ	米、片栗粉、三温糖、ごま油 白砂糖、ごま油	生姜、にら 胡瓜、人参、もやし 玉葱、チンゲン菜	酒、醤油 醤油、酢 醤油、塩、かつお節	ご飯 豆腐と野菜のみそ煮 清汁 パン
14	金	ハヤシライス グリーンサラダ オニオンスープ 牛乳/ふかしいも	豚肉 ベーコン	米、白砂糖、油 白砂糖、油 油	玉葱、人参 キャベツ、胡瓜、人参 玉葱	ハヤシの王子様 塩、酢 醤油、塩、かつお節	ご飯 豚と二色野菜煮 オニオンスープ ふかしいも
17	月	コッペパン ハンバーグ ツナキャベツサラダ 青菜のスープ 牛乳/おかかおにぎり	豚ひき肉 ツナ	コッペパン 白砂糖、油	玉葱 キャベツ、コーン、人参 青菜、玉葱	塩、酢 醤油、塩、かつお節 /塩	トースト じゃが芋のそぼろ煮 野菜スープ おかかふりかけがゆ
4	火	カレーライス ブロッコリーサラダ かぶのスープ 牛乳/お菓子盛合せ	豚肉	米、じゃが芋 三温糖、油	玉葱、人参 ブロッコリー、人参、コーン かぶ	カレーの王子様 塩、酢 かつお節	ご飯 鶏とじゃが芋煮 みそ汁 ビスケット
5	水	白菜と豚肉のあんかけうどん さつまいもスティック 牛乳/わかめおにぎり	豚肉	うどん、片栗粉、白砂糖、油 さつまいも	青菜、人参、白菜、ぶなしめじ	みりん、醤油、塩、かつお節、出し昆布	煮込みうどん 豚肉と野菜のやわらか煮
6	木	ご飯 豚肉のしょうが焼き 甘酢和え みそ汁 牛乳/シュガートースト	豚肉 豆腐、みそ、わかめ	米 白砂糖、油 白砂糖	生姜 胡瓜、大根、人参 玉葱	酒、醤油 塩、酢 かつお節	ご飯 豚肉と大根の煮物 みそ汁 パン
7	金	コッペパン 魚のソテー ブロッコリー、人参スティック、コーン トマト入りスープ 牛乳/カレーぞうすい	魚	コッペパン 油	ブロッコリー、人参、コーン キャベツ、玉葱、トマト /じゃが芋、玉葱、人参	酒、塩 塩 醤油、塩、かつお節 /カレー	トースト 魚の野菜煮 野菜スープ 野菜ぞうすい

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

※1~2児は毎日 午前・午後に牛乳を50cc飲んでいきます

○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。

