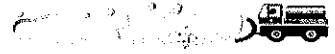




2月 予定献立表



※午前おやつは1・2歳児のみです。

日付 曜日	午前のおやつ	屋 食	午後のおやつ	栄養価		屋食・午後のおやつに使う主な食材		
				①熱量	②蛋白質	③脂質	1・2歳	3～5歳
1 金 節分	麦茶 クッキー	鬼ごはん・いわしのつみれ汁 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物	牛乳 お麩きなこ	487 kcal 20 g 20 g	587 kcal 23 g 23 g	のり・いわしつみれ 鶏肉・麩・きなこ ひじき・油揚げ	米・じゃがいも	ブロッコリー・人参・大根・長ネギ 人参・椎茸
15 金	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物	牛乳 お麩きなこ	476 kcal 19 g 20 g	555 kcal 23 g 23 g	鶏肉・麩・きなこ ひじき・油揚げ	米	大根・長ネギ 人参・椎茸
2 16 土	麦茶 せんべい	ごはん・スープ ポークチャップ風 コールスローサラダ	牛乳 バームクーヘン	477 kcal 14 g 20 g	522 kcal 16 g 21 g	豚肉・卵・牛乳	米 小麦粉	えのき・人参 玉ねぎ キャベツ・コーン
4 18 月	麦茶 ビスケット	ポークカレー 青菜のサラダ スープ・オレンジ	牛乳 マカロニきなこ	481 kcal 16 g 18 g	563 kcal 18 g 18 g	豚肉 きなこ	米・じゃがいも マカロニ	人参・玉ねぎ 小松菜・トマト・コーン キャベツ・しめじ・オレンジ
5 19 火	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 ブリ大根 マカロニサラダ	牛乳 ブルーベリー蒸しパン	485 kcal 17 g 15 g	540 kcal 20 g 16 g	ワカメ 魚(ブリ)	米 小麦粉 マカロニ	玉ねぎ 大根・長ネギ・ブルーベリージャム きゅうり・人参
6 20 水	麦茶 クッキー	パン・チーズ ポークシチュー ハムサラダ	牛乳 いももち	479 kcal 16 g 20 g	552 kcal 20 g 23 g	チーズ 豚肉 ハム	ロールパン じゃがいも	玉ねぎ・グリーンピース もやし・きゅうり
7 21 木	麦茶 ウエハース	ごはん・みそ汁 鶏肉の治部煮 もやしと竹輪のみそマヨ和え	牛乳 ジャムサンド	481 kcal 18 g 15 g	529 kcal 20 g 16 g	麩 鶏肉 竹輪・ワカメ	米 食パン	長ネギ 人参・大根・椎茸・いちごジャム もやし
8 22 金	麦茶 せんべい	しょうゆラーメン 蒸しシューマイ りんご	牛乳 大学芋	478 kcal 17 g 13 g	559 kcal 21 g 15 g	鶏挽肉 シューマイ	ラーメン さつまいも	コーン・人参・玉ねぎ・もやし キャベツ りんご
23 土	麦茶 ビスケット	ごはん・みそ汁 豚肉のカレー炒め さつまいもサラダ	牛乳 せんべい	479 kcal 14 g 18 g	527 kcal 17 g 20 g	豆腐 豚肉	米 さつまいも	長ネギ 人参・玉ねぎ きゅうり
25 月	麦茶 せんべい	豚丼 ブロッコリーサラダ みそ汁・バナナ	牛乳 アメリカンドッグ	484 kcal 16 g 17 g	576 kcal 18 g 20 g	豚肉 魚ソーセージ ワカメ・麩	米 小麦粉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン バナナ
12 26 火	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 サケの塩焼き ポテトサラダ	麦茶 ワカメおにぎり	477 kcal 15 g 9 g	501 kcal 17 g 8 g	豆腐 魚(サケ)・ワカメ	米 じゃがいも	人参 コーン・玉ねぎ・きゅうり
13 27 水	麦茶 ビスケット	ほうとう風うどん ワカメサラダ バナナ	牛乳 ホットケーキ	480 kcal 17 g 13 g	523 kcal 19 g 14 g	鶏肉・油揚げ ワカメ・しらす	うどん 小麦粉	かぼちゃ・白菜・人参 きゅうり・メープル風シロップ バナナ
14 28 木	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ 挽肉と春雨の炒め かぼちゃの煮物	牛乳 ピザポテト	478 kcal 18 g 14 g	521 kcal 21 g 13 g	鶏挽肉・チーズ	米 春雨・じゃがいも	もやし・コーン 人参・ほうれん草・玉ねぎ・ピーマン かぼちゃ

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

1・2歳	熱量	蛋白質	脂質	カルシウム	鉄
目標値	475 kcal	15.4 g	13.2 g	200 mg	2.1 mg
実 際	478 kcal	16.9 g	14.9 g	181 mg	1.7 mg
1・2歳	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	塩 分
目標値	187 μg	0.25 mg	0.28 mg	20 mg	2.0 g
実 際	145 μg	0.24 mg	0.29 mg	20 mg	1.8 g

3～5歳	熱量	蛋白質	脂質	カルシウム	鉄
目標値	510 kcal	19.1 g	14.2 g	230 mg	2.5 mg
実 際	529 kcal	19.2 g	16.2 g	188 mg	2.0 mg
3～5歳	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	塩 分
目標値	180 μg	0.28 mg	0.32 mg	18 mg	2.0 g
実 際	164 μg	0.28 mg	0.31 mg	24 mg	2.0 g



2月 予定献立表



※午前おやつは1・2歳児のみです。 ※マヨネーズは卵不使用のものを使っています。

日付 曜日	午前のおやつ	昼食 卵・乳完全除去	午後のおやつ 卵・乳完全除去	栄養価 ①熱量②蛋白質③脂質		昼食・午後のおやつに使う主な食材		
				1・2歳	3~5歳	血や肉になるもの	力や体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 金 節分	麦茶 アレルギー除去菓子	鬼ごはん・いわしのつみれ汁 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物	麦茶 お麩きなこ	487 kcal 20 g 20 g	587 kcal 23 g 23 g	のり・いわしつみれ 鶏肉・麩・きなこ ひじき・油揚げ	米・じゃがいも	ブロッコリー・人参・大根・長ネギ 人参・椎茸
15 金	麦茶 アレルギー除去菓子	ごはん・みそ汁 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物	麦茶 お麩きなこ	476 kcal 19 g 20 g	555 kcal 23 g 23 g	鶏肉・麩・きなこ ひじき・油揚げ	米	大根・長ネギ 人参・椎茸
2 16 土	麦茶 せんべい	ごはん・スープ ポークチャップ風 コールスローサラダ	麦茶 アレルギー除去菓子	477 kcal 14 g 20 g	522 kcal 16 g 21 g	豚肉・卵・牛乳	米 小麦粉	えのき・人参 玉ねぎ キャベツ・コーン
4 18 月	麦茶 アレルギー除去菓子	ポークカレー 青菜のサラダ スープ・オレンジ	麦茶 マカロニきなこ	481 kcal 16 g 16 g	563 kcal 18 g 18 g	豚肉 きなこ	米・じゃがいも マカロニ	人参・玉ねぎ 小松菜・トマト・コーン キャベツ・しめじ・オレンジ
5 19 火	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 ブリ大根 マカロニサラダ	麦茶 ブルーベリー蒸しパン	485 kcal 17 g 15 g	540 kcal 20 g 16 g	ワカメ 魚(ブリ)	米 小麦粉 マカロニ	玉ねぎ 大根・長ネギ・ブルーベリージャム きゅうり・人参
6 20 水	麦茶 アレルギー除去菓子	パン(パン変更)・チーズ(乳除去) ポークシチュー(乳製品調味料変更) ハムサラダ	麦茶 いももち	479 kcal 16 g 20 g	552 kcal 20 g 23 g	チーズ 豚肉 ハム	ロールパン じゃがいも	玉ねぎ・グリーンピース もやし・きゅうり
7 21 木	麦茶 アレルギー除去菓子	ごはん・みそ汁 鶏肉の治部煮 もやしと竹輪のみそマヨ和え	麦茶 ジャムサンド (乳除去)	481 kcal 18 g 15 g	529 kcal 20 g 16 g	麩 鶏肉 竹輪・ワカメ	米 食パン	長ネギ 人参・大根・椎茸・いちごジャム もやし
8 22 金	麦茶 せんべい	しょうゆラーメン→にゅうめん(麺変更) 蒸しシューマイ りんご	麦茶 大学芋	478 kcal 17 g 13 g	559 kcal 21 g 15 g	鶏挽肉 シューマイ	ラーメン さつまいも	コーン・人参・玉ねぎ・もやし キャベツ りんご
23 土	麦茶 アレルギー除去菓子	ごはん・みそ汁 豚肉のカレー炒め さつまいもサラダ	麦茶 せんべい	479 kcal 14 g 18 g	527 kcal 17 g 20 g	豆腐 豚肉	米 さつまいも	長ネギ 人参・玉ねぎ きゅうり
25 月	麦茶 せんべい	豚丼 ブロッコリーサラダ みそ汁・バナナ	麦茶 アメリカンドッグ	484 kcal 16 g 17 g	576 kcal 18 g 20 g	豚肉 魚ソーセージ ワカメ・麩	米 小麦粉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン バナナ
12 26 火	麦茶 アレルギー除去菓子	ごはん・みそ汁 サケの塩焼き ポテトサラダ	麦茶 ワカメおにぎり	477 kcal 15 g 9 g	501 kcal 17 g 8 g	豆腐 魚(サケ)・ワカメ	米 じゃがいも	人参 コーン・玉ねぎ・きゅうり
13 27 水	麦茶 アレルギー除去菓子	ほうとう風うどん ワカメサラダ バナナ	麦茶 ホットケーキ	480 kcal 17 g 13 g	523 kcal 19 g 14 g	鶏肉・油揚げ ワカメ・しらす	うどん 小麦粉	かぼちゃ・白菜・人参 きゅうり・メープル風シロップ バナナ
14 28 木	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ 挽肉と春雨の炒め かぼちゃの煮物	麦茶 ピザポテト (乳除去)	478 kcal 18 g 14 g	521 kcal 21 g 13 g	鶏挽肉・チーズ	米 春雨・じゃがいも	もやし・コーン 人参・ほうれん草・玉ねぎ・ピーマン かぼちゃ

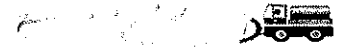
☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

1・2歳	熱量	蛋白質	脂質	カルシウム	鉄
目標値	475 kcal	15.4 g	13.2 g	200 mg	2.1 mg
実際	478 kcal	16.9 g	14.9 g	181 mg	1.7 mg
1・2歳	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	塩分
目標値	187 μg	0.25 mg	0.28 mg	20 mg	2.0 g
実際	145 μg	0.24 mg	0.29 mg	20 mg	1.8 g

3~5歳	熱量	蛋白質	脂質	カルシウム	鉄
目標値	510 kcal	19.1 g	14.2 g	230 mg	2.5 mg
実際	529 kcal	19.2 g	16.2 g	188 mg	2.0 mg
3~5歳	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	塩分
目標値	180 μg	0.28 mg	0.32 mg	18 mg	2.0 g
実際	164 μg	0.28 mg	0.31 mg	24 mg	2.0 g



2月 予定献立表(離乳食)



日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食・午後のおやつに使う主な食材		
				血や肉になるもの	かや体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 金 節分	麦茶 せんべい	お粥・すまし汁 鶏肉とじゃがいもの煮物 ブロッコリーの煮浸し	牛乳 お麩きなこ	鶏挽肉・麩・きなこ	米 じゃがいも	大根・長ネギ ブロッコリー・人参
15 金	麦茶 せんべい	お粥・すまし汁 鶏肉とじゃがいもの煮物 ブロッコリーの煮浸し	牛乳 お麩きなこ	鶏挽肉・麩・きなこ	米 じゃがいも	大根・長ネギ ブロッコリー・人参
2 16 土	麦茶 せんべい	お粥・スープ 鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮浸し	牛乳 せんべい	鶏挽肉 しらす	米	人参 玉ねぎ キャベツ
4 18 月	麦茶 せんべい	お粥・スープ 肉じゃが風 青菜のサラダ風・オレンジ	牛乳 マカロニきなこ	鶏挽肉・きなこ	米 じゃがいも・マカロニ	人参・玉ねぎ 小松菜・トマト・オレンジ
5 19 火	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚と大根の煮物 マカロニサラダ風	牛乳 パン粥	魚(タラ)	米 食パン マカロニ	玉ねぎ 大根・長ネギ きゅうり・人参
6 20 水	麦茶 せんべい	パン粥 鶏肉と野菜の煮物 野菜の煮浸し	牛乳 粉ふきいも	鶏挽肉 しらす	食パン じゃがいも	玉ねぎ ブロッコリー・きゅうり
7 21 木	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 鶏肉と野菜の煮物 野菜としらすの煮浸し	牛乳 パン粥	麩 鶏挽肉 しらす	米 食パン	長ネギ 人参・大根 キャベツ
8 22 金	麦茶 せんべい	にゅうめん キャベツのそぼろ煮 りんご	牛乳 おさつ茶巾	鶏挽肉	そうめん さつまいも	玉ねぎ・人参 キャベツ りんご
23 土	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 鶏肉と野菜の煮物 さつまいもの煮物	牛乳 せんべい	豆腐 鶏挽肉	米 さつまいも	長ネギ 人参・玉ねぎ
25 月	麦茶 せんべい	そぼろ粥 ブロッコリーの煮浸し みそ汁・バナナ	牛乳 しらすパン粥	鶏挽肉 しらす ワカメ・麩	米 食パン	ブロッコリー・人参・玉ねぎ バナナ
12 26 火	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚と野菜の煮物 ポテトサラダ風	麦茶 ワカメ粥	豆腐 魚(タラ)・ワカメ	米 じゃがいも	人参 ブロッコリー 玉ねぎ・きゅうり
13 27 水	麦茶 せんべい	煮込みうどん しらすときゅうりの煮浸し バナナ	牛乳 パン粥	鶏挽肉 しらす	うどん 食パン	かぼちゃ・白菜・人参 きゅうり・玉ねぎ バナナ
14 28 木	麦茶 せんべい	お粥・スープ ほうれん草のそぼろ煮 かぼちゃの煮物	牛乳 粉ふきいも	鶏挽肉	米・春雨 じゃがいも	人参 ほうれん草・玉ねぎ かぼちゃ

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。