

曜日	日にち	朝のおやつ 0.1歳児	昼食	おやつ	延長のおやつ	主な使用食材	栄養摂取量		
							項目	乳児	幼児
水	4	ビスコ	●おせち料理献立● お赤飯 お雑煮風 松風焼 紅白なます みかん 	お茶 ヨーグルト 干支クッキー	焼きおにぎり	牛乳 小豆 味噌 鯉節 鶏挽肉 卵 ヨーグルト 米 もち米 ごま 里芋 薄力粉 菜種油 片栗粉 砂糖 バター 大根 人参 絹さや 玉葱 みかん	エネルギー タンパク質 脂質	490kcal 17.9g 15.9g	514kcal 18.4g 12.6g
	18		ごはん 具沢山味噌汁 松風焼 小松菜とハムのサラダ	お茶 ヨーグルト プレーン クッキー		牛乳 鶏肉 味噌 卵 ヨーグルト 米 菜種油 ごま 砂糖 薄力粉 バター 大根 人参 長葱 玉葱 小松菜 もやし みかん	エネルギー タンパク質 脂質	534kcal 20.9g 18.2g	566kcal 22.1g 15.5g
木	5 19	みかん 	ごはん 豚汁 鱈のホイル焼き キャベツサラダ	牛乳 のりチー ラスク	あんかけ炒飯	牛乳 豚肉 味噌 鱈 チーズ 米 菜種油 バター 砂糖 食パン 人参 大根 ごぼう 長葱 玉葱 舞茸 しめじ えのき キャベツ 胡瓜 青のり みかん	エネルギー タンパク質 脂質	488kcal 21.9g 16.6g	542kcal 23.8g 16.2g
金	6 20	りんご	ロールパン 玉葱とベーコンのスープ カリカリチキン プロカリサラダ	6日：牛乳 七草粥 おしゃぶり昆布	ホットケーキ	牛乳 バター 鶏肉 卵 ロールパン 菜種油 薄力粉 ヨーグルト 砂糖 米 (20日)ごま 玉葱 コーン パセリ じゃがいも 大根 ブロッコリー カリフラワー 人参 七草 りんご (20日)ひじき	エネルギー タンパク質 脂質	479kcal 23.3g 18.8g	580kcal 27.1g 20.8g
				20日：牛乳 ひじきごはん おしゃぶり昆布					
土	7 21	赤ちゃん せんべい	ナポリタン ジュリエンスープ スティック胡瓜	牛乳 おたのしみ	お菓子	牛乳 バター 卵 パスタ 菜種油 砂糖 バター マッシュルーム 玉葱 人参 マッシュルーム ピーマン じゃがいも 胡瓜	エネルギー タンパク質 脂質	488kcal 17.8g 17.1g	539kcal 18.8g 17.6g
月	23	バナナ	麻婆豆腐丼 中華スープ 春雨サラダ	牛乳 しらすとチーズの お好み焼き	焼きおにぎり	牛乳 豆腐 豚挽肉 卵 卵 玉子 味噌 鯉節 米 菜種油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま 春雨 マッシュルーム お好み焼き粉 生姜 にんにく 長葱 人参 じゃがいも 納豆 胡瓜 キャベツ	エネルギー タンパク質 脂質	517kcal 22.4g 20.0g	574kcal 24.4g 21.2g
火	10 24	りんご	味噌ラーメン(乳児うどん) ブロッコリーともやしの サラダ みかん	10日：牛乳 おしるこ	 ラスク	牛乳 豚肉 味噌 小豆 (24日)鮭 中華麺 うどん(乳児) 砂糖 菜種油 マッシュルーム ごま 米 人参 玉葱 もやし ブロッコリー 納豆 にんにく みかん りんご	エネルギー タンパク質 脂質	484kcal 18.9g 14.1g	542kcal 21.5g 13.9g
				24日：牛乳 鮭ごはん おしゃぶり昆布					
水	11 25	みかん	ごはん もやしとキャベツの味噌汁 肉豆腐 ほうれん草と人参のお浸し	牛乳 芋団子汁	ホットケーキ	牛乳 味噌 豚肉 豆腐 鯉節 鶏肉 米 菜種油 白滝 砂糖 じゃが芋 片栗粉 もやし キャベツ 人参 玉葱 小松菜 納豆 大根 牛蒡 しめじ えのき みかん	エネルギー タンパク質 脂質	477kcal 20.8g 13.8g	528kcal 22.5g 13.5g
木	12 26	バナナ	食パン モザイクスープ チーズハンバーグ フレンチサラダ	牛乳 こぎつねご飯 おしゃぶり昆布	お好み焼き	牛乳 卵 豚挽肉 卵 チーズ 鶏挽肉 油揚げ 食パン じゃが芋 菜種油 砂糖 パン粉 米 玉葱 人参 じゃがいも 胡瓜 キャベツ コーン 生姜 バタ	エネルギー タンパク質 脂質	509kcal 21.8g 20.1g	565kcal 23.5g 21.2g
金	13 27	みかん	ごはん 麩と玉葱の味噌汁 ブリカツ ひじきサラダ いちご	お茶 ヨーグルト ジャムスコーン	焼きおにぎり	牛乳 卵 ヨーグルト 米 麩 菜種油 薄力粉 パン粉 砂糖 ごま油 バター 玉葱 ひじき 人参 キャベツ 納豆 いちご みかん	エネルギー タンパク質 脂質	515kcal 19.7g 14.9g	581kcal 21.5g 15.1g
土	14 28	赤ちゃん せんべい	あったかうどん ツナサラダ みかん	牛乳 おたのしみ	お菓子	牛乳 豚肉 油揚げ 味噌 ツナ うどん 菜種油 砂糖 人参 玉葱 白菜 胡瓜 キャベツ みかん	エネルギー タンパク質 脂質	486kcal 19.1g 16.8g	519kcal 20.8g 14.8g
月	16 30	バナナ	チキンカレー 豆腐スープ みかんサラダ 	牛乳 肉まん風 蒸しパン	芋もち	牛乳 鶏肉 豆腐 豚挽肉 米 菜種油 じゃが芋 砂糖 片栗粉 薄力粉 玉葱 人参 生姜 にんにく トビacco 納豆 キャベツ 胡瓜 みかん缶 バタ	エネルギー タンパク質 脂質	512kcal 19.9g 15.8g	567kcal 20.1g 15.8g
火	17 31	オレンジ	鶏塩うどん 高野豆腐の含め煮 りんご	牛乳 ツナマヨの 焼おにぎり	りんごケーキ	牛乳 鶏肉 高野豆腐 ツナ うどん 菜種油 片栗粉 砂糖 米 マッシュルーム 白菜 人参 大根 長葱 コーン じゃがいも りんご 卵	エネルギー タンパク質 脂質	496kcal 21.8g 14.4g	543kcal 23.3g 14.1g

※0.1歳児の朝おやつには、毎日牛乳がつきます。
※食材の仕入れの状況によって献立が多少変更する場合がございます。予めご了承ください。

