



令和5年2月 献立表

3歳以上児



日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 水	焼き魚(鮭) マカロニサラダ えのき汁 みかん	牛乳100 おやつパン	べにざけ(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) クリームパン	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：455kcal たんぱく：23.7g 脂質：18.8g	
2 木	きんぴらごぼう ブロッコリーキッシュ ペイクドパンプキン 白菜汁 りんご	牛乳100 ビスコ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ごま油 板こんにやく(精粉こんにやく) ごま(いり) 薄力粉(1等) 有塩バター オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	ごぼう(根、生) れんこん(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若ざや、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー 日本かぼちゃ はくさい 根深ねぎ りんご	エネルギー：480kcal たんぱく：15g 脂質：23.6g	
3 金	鶏肉のパーベキューソース 豆まめサラダ 白菜汁 オレンジ	牛乳100 恵方巻(手作り)	若鶏、もも(皮つき、生) 黄だいず(国産、ゆで) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 しろさけ(焼き) 鶏卵、全卵(生)	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	しょうが りんご 根深ねぎ にんにく 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) さやいんげん(若ざや、生) はくさい(結球葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) あまのり(焼きのり)	エネルギー：503kcal たんぱく：22.8g 脂質：23.5g	節分
4 土	菓子袋						
5 日							
6 月	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳100 オレンジ	なかよしヨーグルト ビスケット	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いかなぎ(生) 普通牛乳	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：402kcal たんぱく：13.3g 脂質：16g	
7 火	ポークチャップ 青菜和え キャベツ汁 レンコンのきんぴら りんご	牛乳100 じゃが丸くん(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 ごま油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 有塩バター	たまねぎ(りん茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) れんこん りんご あまのり	エネルギー：419kcal たんぱく：16.7g 脂質：19.4g	
8 水	ブリの照り焼き ポテトサラダ すまし汁 さつまいもテップ みかん	牛乳100 クリームボックス(手作り)	ぶり(成魚、生) 絹ごし豆腐 普通牛乳 加糖練乳	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 食パン 有塩バター ざらめ糖(グラニュー糖) でん粉(とうもろこしでん粉)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：581kcal たんぱく：22g 脂質：26.1g	
9 木	マーボー豆腐 花型卵 なめこ汁 伊予柑	ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) いら(葉、生) なめこ(生)	エネルギー：392kcal たんぱく：19.4g 脂質：13g	
10 金	鬼バーグ スパゲティサラダ わかめ汁 ブロッコリーのおかか和え いちご	アイス	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 普通牛乳 鶏卵、全卵(生) プロセステーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節	パン粉(乾燥) オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) ごま(いり) ごま油 ショートケーキ アイスクリーム(普通脂肪)	たまねぎ(りん茎、生) あまのり(焼きのり) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) 乾燥わかめ(素干し) ブロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー：556kcal たんぱく：23.2g 脂質：25.4g	誕生会
11 土							建国記念の日
12 日							
13 月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 オレンジ	白いお星さまヨーグルト いも花子	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 羊かりんとう	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：484kcal たんぱく：16g 脂質：20.9g	
14 火	鮭のちゃんちゃ焼き ジャーマンポテト 青菜汁 かぼちゃの甘煮 みかん	スポロン せんべい	しろさけ(新巻き、生) 米みそ(甘みそ) ソーセージ(ウィンナー)	有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 焼きふく(観世ふく) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) ぶなしめじ(生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) 日本かぼちゃ(果実、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：458kcal たんぱく：17.9g 脂質：11.3g	



令和5年2月 献立表

3歳以上児



日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
15 水	ヒレカツ キャベツ和え まいたけ汁 金時豆 伊予柑	牛乳100 ラスク(手作り)	ふた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 油揚げ 米みそ(甘みそ) さきげ(全粒、乾) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) 調合油 ざらめ糖(中ざら糖) 食パン ざらめ糖(グラニュー糖) オリーブ油	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(葉干し) 伊予柑	エネルギー: 549kcal タンパク: 26.1g 脂質: 20g	食塩相当量: 1.7g
16 木	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳100 オレンジ	麦茶 アイスパフェ(手作り)	ふた大型種、かた(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳 クリーム(植物性脂肪)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) アイスクリーム(普通脂肪) ウエハース	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若さや、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) いちご(生)	エネルギー: 386kcal タンパク: 11.7g 脂質: 18.9g	十日市ごっこ
17 金	さわらの西京焼き ビーフソテー 大根汁 ブロッコリーのおかか和え りんご	ヤクルト せんべい	米みそ(甘みそ) さわら(生) 鶏肉、ひき肉(生) 油揚げ かつお節	オリーブ油 ビーフソ 有塩バター 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) たいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 416kcal タンパク: 18.4g 脂質: 12g	食塩相当量: 2g
18 土	ミルクリッチ ポルシチ 牛乳200 伊予柑	ゼリー(ぶどう) せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) ふた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳	コッパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) ほうれんそう(葉、通年平均、生) 伊予柑	エネルギー: 672kcal タンパク: 21.1g 脂質: 23.7g	食塩相当量: 3.1g
19 日							
20 月	照り焼きチキン 土佐和え 豚汁 ベイクドポテト いちご	フルーツヨーグルト(手作り) せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) かつお節 ふた大型種、かた(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) ヨーグルト(全脂無糖)	オリーブ油 ごま油 さといも(球茎、水煮) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	しょうが にんにく たまねぎ 乾燥わかめ ほうれんそう にんじん ごぼう だいこん 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご バナナ(生) なつみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー: 431kcal タンパク: 17.4g 脂質: 13.7g	食塩相当量: 2.2g
21 火	ミートボール 温野菜 白菜汁 粉ふき芋 りんご	野菜生活100 お好み焼き(手作り)	ふた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 油揚げ 米みそ(甘みそ) さくらえび(葉干し) かつお節	パン粉(乾燥) でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	たまねぎ にんじん キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生) 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) あおさ(葉干し)	エネルギー: 511kcal タンパク: 19.3g 脂質: 23.1g	食塩相当量: 2.1g
22 水	さばの味噌煮 マセダンサラダ すまし汁 きんぴらごぼう オレンジ	牛乳100 セサミトースト(手作り)	まさば(生) 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) ごま油 ごま(いり) ざらめ糖(グラニュー糖) 有塩バター 食パン	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(葉干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ごぼう(根、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 518kcal タンパク: 21.6g 脂質: 23.4g	食塩相当量: 2.7g
23 木							
24 金	五目納豆 さつま芋の甘煮 わかめ汁 みかん	ヤクルト せんべい	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 絹ごし豆腐 米みそ	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(葉干し) うんしゅうみかん・じょうろう(早生、生)	エネルギー: 416kcal タンパク: 15.1g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 2.1g
25 土	サンドイッチ ポトフ 牛乳100 いちご	ゼリー(りんご) せんべい	ふた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ ホイップクリーム(乳脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	食パン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー: 661kcal タンパク: 23.3g 脂質: 19.7g	食塩相当量: 3.5g
26 日							
27 月	ほうれん草シチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 伊予柑	なかよしヨーグルト ビスケット	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニ・スパゲッティ(乾) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) 伊予柑	エネルギー: 425kcal タンパク: 15.3g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 0.9g
28 火	タンダーリーチキン シーザーサラダ とうりんスープ かぼちゃの甘煮 いちご	牛乳100 カップケーキ(手作り)	若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) ソーセージ(ウインナー) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	ごま(いり) マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 プレミック粉(ホットケーキ用) 有塩バター	にんにく(りん茎、生) たまねぎ キャベツ(結球葉、生) シタス にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ミニトマト えのきたけ(生) 乾燥わかめ(葉干し) 日本かぼちゃ(果実、生) いちご(生) バナナ(生)	エネルギー: 497kcal タンパク: 19.4g 脂質: 24.7g	食塩相当量: 2.2g

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和5年2月 献立表

3歳未満児



日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		行事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 水	なかよヨーグルト	焼き魚(鮭) マカロニサラダ えのき汁 みかん ご飯	牛乳100 おやつパン	べにざげ(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(煮干し) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：544kcal タンパク：22.3g 脂質：17.3g	食塩相当量：1.1g	
2 木	バナナ	きんぴらごぼう ブロッコリーキッシュ ペイクドパンブキン 白菜汁 りんご ご飯	牛乳100 ビスコ	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) さつま揚げ 鶏卵 全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ごま油 板こんにやく ごま(いり) 薄力粉(1等) 有塩バター オリブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米)	バナナ(生) ごぼう(根、生) れんこん(根茎、生) にんじん さやいんげん(若ざや、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰 ブロッコリー(花序、生) 日本かぼちゃ(果実、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ りんご	エネルギー：553kcal タンパク：14.9g 脂質：18.9g	食塩相当量：1.2g	
3 金	麦茶 せんべい	鶏肉のパーベキューソース 豆まめサラダ 白菜汁 オレンジ ご飯	牛乳100 恵方巻(手作り)	若鶏 もも(皮つき、生) 黄だいず(国産、ゆで) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 しろさけ(焼き) 鶏卵 全卵(生)	米菓(塩せんべい) オリブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	しょうが りんご 根深ねぎ にんにく 日本かぼちゃ(果実、生) きゅうり(果実、生) さやいんげん(若ざや、生) はくさい(結球葉、生) ハレンシア オレンジ(砂じょう、生) あまのり(焼きのり)	エネルギー：543kcal タンパク：19.8g 脂質：18.4g	食塩相当量：1.4g	節分
4 土	麦茶 ビスケット	菓子袋							
5 日									
6 月	ぶどうジュース せんべい	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳100 オレンジ ご飯	なかよヨーグルト ビスケット	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) いか なご(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) ハレンシア オレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：515kcal タンパク：13.9g 脂質：13.3g	食塩相当量：1.2g	
7 火	麦茶 麩菓子	ポークチャップ 青菜和え キャベツ汁 レンコンのきんぴら りんご ご飯	牛乳100 じゃが丸くん(手作り)	ふた大型種 かつ(肉、生) ロース(脂身つき、生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリブ油 ごま油 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 有塩バター	たまねぎ にんにく ほうれんそう にんじん 緑豆 もやし(生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) れんこん(根茎、生) りんご(皮むき、生) あまのり(焼きのり)	エネルギー：567kcal タンパク：19.3g 脂質：19.6g	食塩相当量：2g	
8 水	バナナ	ブリの照り焼き ポテトサラダ すまし汁 さつまいもチップ みかん ご飯	牛乳100 クリームボックス(手作り)	ぶり(成魚、生) 絹ごし豆腐 普通牛乳 加糖練乳	オリブ油 じゃがいも マヨネーズ(全卵型) さつまいも 水稲穀粒(精白米) 食パン 有塩バター ざらめ糖(グラニュー糖) でん粉(とうもろこしでん粉)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(煮干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：626kcal タンパク：20.1g 脂質：20.8g	食塩相当量：1.5g	
9 木	なかよヨーグルト	マーボー豆腐 花型卵 なめこ汁 伊予柑 ご飯	ヤクルト せんべい	ふた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) いら(葉、生) なめこ(生)	エネルギー：498kcal タンパク：17.7g 脂質：11.5g	食塩相当量：1.5g	
10 金	麦茶 誕生ケーキ	ミートローフ スパゲティサラダ わかめ汁 ブロッコリーのおかか和え いちご ご飯	アイス	ふた、ひき肉(生) 木綿豆腐 普通牛乳 鶏卵 全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) かつお節	ショートケーキ パン粉(乾燥) オリブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) ごま(いり) ごま油 水稲穀粒(精白米) アイスクリーム(普通脂肪)	たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) 乾燥わかめ(煮干し) ブロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー：498kcal タンパク：17.3g 脂質：16.2g	食塩相当量：1.1g	誕生会
11 土									建国記念の日
12 日									
13 月	リンゴジュース せんべい	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 オレンジ ご飯	白いお星さまヨーグルト いも花子	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 芋かりんとう	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) ハレンシア オレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：598kcal タンパク：16.7g 脂質：17.2g	食塩相当量：1.7g	
14 火	麦茶 かぼちゃポーロ	鮭のちゃんちゃ焼き ジャーマンポテト 青菜汁 かぼちゃの甘煮 みかん ご飯	スポン せんべい	しろさけ(新巻き、生) 米みそ(甘みそ) ソーセージ(ウインナー)	ポーロ(衛生ポーロ) 有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 焼きふ(親世ふる) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) ぶなしめじ(生) ほうれんそう(葉、過年平均、生) 日本かぼちゃ(果実、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：588kcal タンパク：16.5g 脂質：9.3g	食塩相当量：2.1g	



令和5年2月 献立表

3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
15 水	バナナ	ヒレカツ キャベツ和え まいたけ汁 金時豆 伊予柑 ご飯	牛乳100 ラスク(手作り)	ふた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 油揚げ 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) 調合油 さらめ糖(中さら糖) 水稲穀粒(精白米) 食パン さらめ糖(グラニュー糖) オリーブ油	バナナ(生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー: 580kcal タンパク: 21.8g 脂質: 16.3g	食塩相当量: 1.1g
16 木	なかよしヨーグルト	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳100 オレンジ ご飯	麦茶 アイスパフェ(手作り)	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) いちご(生) 普通牛乳 クリーム(植物性脂肪)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) アイスクリーム(普通脂肪) ウエハース	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若ざや、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) いちご(生)	エネルギー: 476kcal タンパク: 13.6g 脂質: 16.9g	十日市ごっこ
17 金	麦茶 麩菓子	さわらの西京焼き ビーフソテー 大根汁 ブロッコリーのおかか和え りんご ご飯	ヤクルト せんべい	米みそ(甘みそ) さわら(生) 鶏肉、ひき肉(生) 油揚げ かつお節	オリーブ油 ビーフソ 有塩バター 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ブロッコリー(花序、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 486kcal タンパク: 17g 脂質: 9.2g	食塩相当量: 1.6g
18 土	麦茶 ビスケット	ミルクリッチ ポルシチ 牛乳200 伊予柑	ゼリー(ぶどう) せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) ふた大型種、かつ(脂身つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) コッパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) ほうれんそう(葉、通年平均、生) 伊予柑砂じょう(生)	エネルギー: 468kcal タンパク: 13.0g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 2.1g
19 日								
20 月	フルーツジュース ビスコ	照り焼きチキン 土佐和え 豚汁 ベイクドポテト いちご ご飯	フルーツヨーグルト(手作り) せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) かつお節 ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) ヨーグルト(全脂無糖)	オリーブ油 ごま油 さといも(球茎、水煮) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) さらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	しょうが にんにく たまねぎ 乾燥わかめ ほうれんそう にんじん ごぼう だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご バナナ(生) なつみかん(缶詰) ももかん	エネルギー: 510kcal タンパク: 15.1g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.5g
21 火	牛乳100 かぼちゃポロ	ミートボール 温野菜 白菜汁 粉ふき芋 りんご ご飯	野菜生活100 お好み焼き(手作り)	普通牛乳 ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) さくらえび(素干し) かつお節	ポロ(衛生ポロ) パン粉(乾燥) でん粉 調合油 オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー ほうれんそう(葉、軟白、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生) 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) あおさ(素干し)	エネルギー: 687kcal タンパク: 20.6g 脂質: 22.4g	食塩相当量: 1.7g
22 水	バナナ	さばの味噌煮 マセドアンサラダ すまし汁 きんぴらごぼう オレンジ ご飯	牛乳100 セサミトースト(手作り)	まさば(生) 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) ごま油 ごま(しり) 水稲穀粒(精白米) さらめ糖(グラニュー糖) 有塩バター 食パン	バナナ しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ 根深ねぎ(葉、軟白、生) ごぼう(根、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 691kcal タンパク: 18.9g 脂質: 32.5g	食塩相当量: 1.9g
23 木								
24 金	なかよしヨーグルト	五目納豆 さつま芋の甘煮 わかめ汁 みかん ご飯	ヤクルト せんべい	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) うんしゅうみかん、じょうのう(早生、生)	エネルギー: 525kcal タンパク: 15.4g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 1.8g
25 土	麦茶 ビスケット	サンドイッチ ポトフ 牛乳100 いちご	ゼリー(りんご) せんべい	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ ホイップクリーム(乳脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	食パン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー: 503kcal タンパク: 16.4g 脂質: 15.9g	食塩相当量: 2.5g
26 日								
27 月	リンゴジュース せんべい	ほうれん草シチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 伊予柑 ご飯	なかよしヨーグルト ビスケット	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニス(パゲッティ(乾)) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生)	エネルギー: 541kcal タンパク: 15.5g 脂質: 12.9g	食塩相当量: 0.9g
28 火	麦茶 ビスコ	タンドリーチキン シーザーサラダ とろりんスープ かぼちゃの甘煮 いちご ご飯	牛乳100 カップケーキ(手作り)	若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) ソーセージ(ウインナー) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	ごま(しり) マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 水稲穀粒(精白米) プレミック(ソフトケーキ用) 有塩バター	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ レタス にんじん きゅうり ミニトマト えのきたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 日本かぼちゃ(果実、生) いちご(生) バナナ(生)	エネルギー: 567kcal タンパク: 18.1g 脂質: 21.6g	食塩相当量: 1.6g

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



令和5年2月離乳食献立表



日	曜	献立		行事
		昼食	昼間	
1	水	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
2	木	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
3	金	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	節分
4	土	菓子袋		
5	日			
6	月	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
7	火	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
8	水	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
9	木	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
10	金	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	誕生会
11	土			建国記念の日
12	日			
13	月	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
14	火	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
15	水	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
16	木	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	十日市ごっこ
17	金	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
18	土	ぱんがゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
19	日			
20	月	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
21	火	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
22	水	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
23	木			
24	金	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
25	土	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
26	日			
27	月	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
28	火	7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。