



給食予定献立表 2024年2月



明の守なかざき園 離乳食(完了) (A)

※ 完了食は、食材を約1cmサイズにカットしています。
 ※ 材料の都合で献立を変更することがあります。
 ※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので必ず給食までに試してください。

献立種類	1日平均				
栄養素	177kcal	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	236 kcal	7.8 g	2.1 g	48 g	0.8 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			その他	おやつ		
				赤く 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	緑く からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	黄く 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		時間	献立名	さいりょう
1	木	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 玉葱 えのき	さとう さつま芋, さとう 米	うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ハピーせんべい	アハ「アハ」ビ-煎餅
2	金	昼	ｷﾊﾞﾀの味噌そぼろ煮 じゃが芋の煮物 清汁 ごはん	鶏ﾂﾖ, みそ ワカメ	ｷﾊﾞﾀ 人参	さとう, 片栗粉 じゃがいも, さとう 米	和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
3	土	昼	豚と人参の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	人参 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ, 玉葱 しめじ	さとう 米	濃口醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	約り草と小松菜煎餅
5	月	昼	豆腐(木綿)のだし煮 玉葱の煮物 味噌汁 ごはん	木綿豆腐 ワカメ, みそ	大根 玉葱, 人参	さとう 米	うすくち醤油, 和風だし 濃口醤油, 和風だし 和風だし	3時	小魚せんべい	小魚のﾊｲ
6	火	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏ﾂﾖ	かぼちゃ ほうれん草, 玉葱 大根	さとう 米	濃口醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 鶏がらｽｰﾌﾟ	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
7	水	昼	鶏とｷﾊﾞﾀのみそ煮 じゃが芋の煮物 スープ ごはん	鶏ﾂﾖ肉, みそ	ｷﾊﾞﾀ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 玉葱	さとう じゃがいも, さとう 米	和風だし うすくち醤油, 和風だし ｷｷﾞｺｸﾞﾐ	3時	野菜ﾊｲﾊｲﾝ	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
8	木	昼	豚とほうれん草の煮物 大根のみそ煮 清汁 ごはん	黄金ｶｲｲ みそ	ほうれん草 大根, 人参 なす	さとう さとう 米	うすくち醤油, 和風だし 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
9	金	昼	豚とﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮物 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 白菜, 人参	さとう さとうめん 米	濃口醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすｶｷ煎餅
10	土	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 スープ ごはん	充填豆腐	人参 玉葱 ｷﾞｸﾞｸﾞ菜	さとう さつま芋, さとう 米	濃口醤油, 和風だし 鶏がらｽｰﾌﾟ	3時	ﾊｲﾊｲﾝ	ﾊｲﾊｲﾝ
13	火	昼	しらすとほうれん草のくす煮 ｷﾞﾊﾞﾂのお浸し 味噌汁 ごはん	しらす干し ワカメ, みそ	ほうれん草 ｷﾊﾞﾀ, 玉葱	片栗粉 米	うすくち醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
14	水	昼	豆腐のだし煮 白菜のお浸し スープ ごはん	充填豆腐	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 白菜, 人参 大根	さとう 米	うすくち醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 鶏がらｽｰﾌﾟ	3時	小魚せんべい	小魚のﾊｲ
15	木	昼	牛とじゃが芋の洋風煮 ほうれん草のお浸し 清汁 ごはん	牛ﾂﾖ肉	ほうれん草, 人参 玉葱	じゃがいも 米	ｷｷﾞｺｸﾞﾐ うすくち醤油, 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	果物(ﾊﾞﾅﾅ)	ﾊﾞﾅﾅ
16	金	昼	鶏と大根のみそ煮 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	鶏ﾂﾖ肉, みそ みそ	大根 玉葱 しめじ	さとう さつま芋, さとう 米	和風だし 和風だし	3時	野菜ﾊｲﾊｲﾝ	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
17	土	昼	豚と玉葱の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 味噌汁 ごはん	たら みそ	玉葱 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ, 人参	さとう さとうめん 米	濃口醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ハピーせんべい	アハ「アハ」ビ-煎餅
19	月	昼	豆腐のみそ煮 大根の煮物 清汁 ごはん	充填豆腐, みそ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 大根, 人参	さとう さとう さとうめん 米	和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	ﾊｲﾊｲﾝ	ﾊｲﾊｲﾝ
20	火	昼	鶏とじゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ﾂﾖ みそ	ほうれん草, 玉葱 人参	じゃがいも, さとう 米	うすくち醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
21	水	昼	魚の煮物 ｷﾞﾊﾞﾂのお浸し スープ ごはん	黄金ｶｲｲ ワカメ	人参 ｷﾊﾞﾀ, 大根	さとう 米	濃口醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし ｷｷﾞｺｸﾞﾐ	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	約り草と小松菜煎餅
22	木	昼	豆腐のｷｯｯﾌﾟ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	白菜 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ, 人参 玉葱	さとう さとう 米	ｷｯｯﾌﾟ, ｷｷﾞｺｸﾞﾐ うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
24	土	昼	人参のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 清汁 ごはん	鶏ﾂﾖ	人参 玉葱 なす	さとう, 片栗粉 さつま芋, さとう 米	うすくち醤油, 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	野菜ﾊｲﾊｲﾝ	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
26	月	昼	豆腐のだし煮 白菜のお浸し 清汁 ごはん	充填豆腐	ほうれん草 白菜, 人参 しめじ	さとう 米	うすくち醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
27	火	昼	鶏とじゃが芋の煮物 ｷﾊﾞﾀのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ﾂﾖ肉 みそ	ｷﾊﾞﾀ, 人参 小松菜	じゃがいも, さとう 米	濃口醤油, 和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし	3時	ハピーせんべい	アハ「アハ」ビ-煎餅
28	水	昼	魚のあんかけ煮 さつま芋の洋風煮 清汁 ごはん	たら	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 人参 白菜	さとう, 片栗粉 さつま芋 米	うすくち醤油, 和風だし ｷｷﾞｺｸﾞﾐ 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	ﾊｲﾊｲﾝ	ﾊｲﾊｲﾝ
29	木	昼	豚のみそ煮 人参の煮物 清汁 ごはん	豚ﾂﾖ, みそ	玉葱 人参, 大根	さとう さとう うどん 米	和風だし うすくち醤油, 和風だし 和風だし, うすくち醤油, 塩	3時	果物(りんご)	りんご