



# 給食予定献立表 2024年2月



明の守なかざき園  
離乳食(初期) (A)

- ※ 初期食は、食材をすりつぶして提供しています。
- ※ 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	1杯分	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	39 kcal	1.3 g	0.2 g	8.6 g	0 g	

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				おやつ			
				赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう	
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類					
1	木	昼	豆腐 さつまいも 粥	充填豆腐		さつまいも 米					
2	金	昼	じゃがいも キャベツ 粥		キャベツ	じゃがいも 米					
3	土	昼	ブロッコリー 人参 粥		ブロッコリー 人参	米					
5	月	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米					
6	火	昼	南瓜 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米					
7	水	昼	じゃがいも キャベツ 粥		キャベツ	じゃがいも 米					
8	木	昼	かれい だいこん 粥	黄金がれい	大根	米					
9	金	昼	白菜 ブロッコリー 粥		白菜 ブロッコリー	米					
10	土	昼	さつまいも 人参 粥		人参	さつまいも 米					
13	火	昼	キャベツ 玉葱 粥		キャベツ 玉葱	米					
14	水	昼	豆腐 白菜 粥	充填豆腐	白菜	米					
15	木	昼	じゃが芋 人参 粥		人参	じゃがいも 米					
16	金	昼	だいこん さつまいも 粥		大根	さつまいも 米					
17	土	昼	玉葱 ブロッコリー 粥		玉葱 ブロッコリー	米					
19	月	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米					
20	火	昼	じゃが芋 玉葱 粥		玉葱	じゃがいも 米					
21	水	昼	キャベツ だいこん 粥		キャベツ 大根	米					
22	木	昼	豆腐 ブロッコリー 粥	充填豆腐	ブロッコリー	米					
24	土	昼	人参 さつまいも 粥		人参	さつまいも 米					
26	月	昼	豆腐 白菜 粥	充填豆腐	白菜	米					
27	火	昼	キャベツ だいこん 粥		キャベツ 大根	米					
28	水	昼	ブロッコリー さつまいも 粥		ブロッコリー	さつまいも 米					
29	木	昼	人参 大根 粥		人参 大根	米					

# 給食予定献立表 2024年2月

明の守なかざき園  
離乳食(中期)(A)

※ 中期食は、食材をみじんぎり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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	106 kcal	4.4 g	0.9 g	22 g	0.4 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの		時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	木	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐	ほうれん草 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハッアハッビ-煎餅
2	金	昼	キャベツの味噌煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	キャベツ 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	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
3	土	昼	鶏と人参の煮物 アロケ-のお浸し 粥	鶏ミンチ	人参 アロケ-、玉葱	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	めい草と小松菜煎餅
5	月	昼	豆腐(木綿)のだし煮 玉葱の煮物 粥	木綿豆腐	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	3時	小魚せんべい	小魚むたい
6	火	昼	南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
7	水	昼	鶏とキャベツのみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	キャベツ アロケ-	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	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
8	木	昼	魚とほうれん草の煮物 大根のみそ煮 粥	黄金がし みそ	ほうれん草 大根、人参	さとう さとう 米	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
9	金	昼	鶏とアロケ-の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	アロケ- 白菜、人参	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
10	土	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐	人参 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
13	火	昼	しらすとほうれん草のくず煮 キャベツのお浸し 粥	しらす干し	ほうれん草 キャベツ、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	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 粥	充填豆腐	アロケ- 白菜、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むたい
15	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、人参	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	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
16	金	昼	鶏と大根のみそ煮 さつま芋の甘煮 粥	鶏ミンチ、みそ	大根 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
17	土	昼	魚と玉葱の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	たら	玉葱 アロケ-、人参	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハッアハッビ-煎餅
19	月	昼	豆腐のみそ煮 大根の煮物 粥	充填豆腐、みそ	アロケ- 大根、人参	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
20	火	昼	鶏とじゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、玉葱	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	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
21	水	昼	魚の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし	人参 キャベツ、大根	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	めい草と小松菜煎餅
22	木	昼	豆腐のだし煮 ブロッコリーのお浸し 粥	充填豆腐	白菜 アロケ-、人参	さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、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 粥	鶏ミンチ	人参 玉葱	さとう、片栗粉 さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
26	月	昼	豆腐のだし煮 白菜のお浸し 粥	充填豆腐	ほうれん草 白菜、人参	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
27	火	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ	キャベツ、人参	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	3時	ベビーせんべい	アハッアハッビ-煎餅
28	水	昼	魚のあんかけ煮 さつま芋の甘煮 粥	たら	アロケ- 人参	さとう、片栗粉 さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
29	木	昼	鶏のみそ煮 人参の煮物 粥	鶏ミンチ、みそ	玉葱 人参、大根	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むたい