

給食予定献立表 2025年2月

明の守たまつ保育園
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 8g	脂質 1.7g	炭水化物 48.6g	食塩 0.8g
平均栄養価	234 kcal	8 g	1.7 g	48.6 g	0.8 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◇ カや体温となるもの		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	土	昼	人参のそぼろ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	人参 キャベツ 玉葱 かぼちゃ	さとう,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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
3	月	昼	しらすとキャベツのくず煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	しらす干し みそ	キャベツ 玉葱 ほうれん草	片栗粉 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	ハイハイ	ハイハイ
4	火	昼	鶏とブロッコリーのみそ煮 大根の煮物 スープ ごはん	鶏肉,みそ	ブロッコリー 大根,人参 玉葱	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 片栗粉	3時	ふかし芋	さつま芋
5	水	昼	魚と玉葱の煮物 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	黄金がし みそ	玉葱 かぼちゃ,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	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	れん草と小松菜煎餅
6	木	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 蒲汁 ごはん	充填豆腐	人参 ほうれん草,玉葱	さとう うどん 米	濃口醤油,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	果物(りんご)	りんご
7	金	昼	豚とじゃが芋のみそ煮 白菜のお浸し スープ ごはん	豚小間肉,みそ ワカメ	白菜,人参	じゃがいも,さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 鶏がらスープ	3時	ベビーせんべい	アパマンバビ-煎餅
8	土	昼	さつま芋のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	ブロッコリー,玉葱 しめじ	さつま芋,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	ハイハイ	ハイハイ
10	月	昼	豆腐のだし煮 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 かぼちゃ,人参 パプリカ	さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	小魚せんべい	小魚ハイハイ
12	水	昼	豚とじゃが芋の洋風煮 ブロッコリーのお浸し 蒲汁 ごはん	豚肉 ワカメ	ブロッコリー,人参	じゃがいも 米	片栗粉 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	野菜ハイハイ
13	木	昼	鶏とさつま芋の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉 縮こし豆腐,みそ	ほうれん草,玉葱	さつま芋,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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
14	金	昼	魚とキャベツの煮物 じゃが芋のみそ煮 スープ ごはん	たら みそ	キャベツ 人参 玉葱	さとう じゃがいも,さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし 片栗粉	3時	ハイハイ	ハイハイ
17	月	昼	豆腐(木綿)のだし煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	木綿豆腐 みそ	ほうれん草 人参 玉葱	じゃがいも,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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
18	火	昼	豚と玉葱の煮物 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	豚肉 ワカメ,みそ	玉葱 かぼちゃ,人参	さとう さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	アパマンバビ-煎餅
19	水	昼	魚の煮物 キャベツのお浸し スープ ごはん	黄金がし	人参 キャベツ,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 片栗粉	3時	ふかし芋	さつま芋
20	木	昼	豆腐のあんかけ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	玉葱 白菜,人参	さとう,片栗粉 そうめん 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	果物(バナナ)	バナナ
21	金	昼	牛と大根のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 蒲汁 ごはん	牛肉,みそ	大根 ブロッコリー,玉葱 えのき	さとう,片栗粉 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	小魚せんべい	小魚ハイハイ
22	土	昼	人参のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	人参 ほうれん草,玉葱 大根	さとう,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	ハイハイ	ハイハイ
25	火	昼	しらすと南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 蒲汁 ごはん	しらす干し ワカメ	かぼちゃ ほうれん草,玉葱	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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
26	水	昼	鶏とキャベツの煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	鶏肉 みそ	キャベツ 人参 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	れん草と小松菜煎餅
27	木	昼	魚と人参の煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	たら みそ	人参 ブロッコリー,玉葱 小松菜	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	ふかしポテト	じゃがいも,塩
28	金	昼	豆腐のみそ煮 南瓜の甘煮 スープ ごはん	充填豆腐,みそ	ほうれん草 かぼちゃ,人参 なす	さとう さとう 米	和風だし 鶏がらスープ	3時	ハイハイ	ハイハイ