

令和4年2月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園



日曜	昼食		あか	黄	みどり	栄養価	加齢M
	朝食	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 火	さわらのムニエル 青菜和え 小松菜汁 にんじんグラッセ ポンカン	牛乳 焼き芋	さわら(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛 乳100	薄力粉(1等) 焼きふ バター 三温糖 さつ まいも	エリンギ(生) えのき たけ レモン(果汁, 生) こまつな もやし にんじん ぼんかん	エネルギー: 387kcal タンパク: 16.2g 脂質: 11.8g	加齢M: 237mg 食塩相当量: 0.9g
2 水	焼肉 ビーフソテー じゃが芋汁 ブロッコリーのなめたけ和え りんご	牛乳 スラッピージョー (コッペパン)	ぶた大型種 ロース ベーコン かつお節 米 みそ 絹ごし豆腐 普通 牛乳100 ぶた、ひき肉	ビーフン オリーブ油 じゃがいも コッペパン 三温糖 パン粉	にんじん キャベツ たら たまねぎ ブロッコリー えのきたけ りんご にん じんにく しょうが 青ピーマン	エネルギー: 458kcal タンパク: 21.7g 脂質: 18.1g	加齢M: 178mg 食塩相当量: 1.8g
3 木	おに★スパバーグ さつまいものバター煮 中華スープ みかん 煮豆 麦茶	カップdeヤクルト うす塩せんべい	ベーコン ぶた、ひき肉 (生) 鶏卵、全卵(生) 凍り豆腐 大豆	スパゲッティ マヨネー ズ パン粉 スナック さつまいも、バター 三 温糖 米菓	青ピーマン さやいんげ ん ブロッコリー にんじ ん たまねぎ スイート コーン チンゲンサイ み かん	エネルギー: 623kcal タンパク: 30.9g 脂質: 25.7g	加齢M: 278mg 食塩相当量: 2g
4 金	卵とじうどん 鶏肉のやわらか照りつけ 牛乳 ほうれん草のお浸し ポンカン	ジョア(プレーン) ゆかりおにぎり	かつお節 鶏卵、全卵 (生) 若鶏、もも 普通 牛乳 さけ	うどん 三温糖 でん 粉 水稲穀粒	根深ねぎ たまねぎ にんじん しょうが ほう れんそう ぼんかん ゆかり	エネルギー: 627kcal タンパク: 31.9g 脂質: 18.2g	加齢M: 448mg 食塩相当量: 1.1g
5 土	ソフトフランス(甘バター) ポルシチ 牛乳 せとか	ぶどうゼリー 味しらべ	ぶた中型種、かた(脂身 つき、生) 普通牛乳200	ソフトフランス バター じゃがいも サフラワ ー油 米菓	にんじん キャベツ ト マト缶詰 にんにく た まねぎ せとか	エネルギー: 641kcal タンパク: 20.2g 脂質: 21.2g	加齢M: 278mg 食塩相当量: 2.2g
6 日							
7 月	ハッシュドポーク ポテトコロッケ 牛乳 千切キャベツ みかん	野菜生活 チョコイス	ぶた大型種、かた 鶏 卵、全卵(生) ぶた、ひ き肉(生) 普通牛乳100	パン粉 薄力粉(1等) じゃがいも サフラワ ー油 ビスケット	たまねぎ マッシュ ルーム トマト キャベ ツ にんじん みかん	エネルギー: 491kcal タンパク: 17g 脂質: 23.9g	加齢M: 186mg 食塩相当量: 1.6g
8 火	ブリ大根 スパゲティサラダ うち豆汁 さつまいもスティック デコボン	牛乳 焼きりんごの アイスのせ	ぶり(成魚、生) まぐろ 類缶詰 黄だいず かつ お節 米みそ 普通牛乳 100	スパゲッティ マヨネー ズ サフラワー油 さつ まいも ラクトアイス メープルシロップ	だいこん にんじん ス イートコーン きゅうり 根深ねぎ デコボン リ んご	エネルギー: 519kcal タンパク: 18.6g 脂質: 26.3g	加齢M: 235mg 食塩相当量: 0.6g
9 水	鶏肉のバーベキューソース 三色和え にんじんグラッセ きゃべつ汁 宇和ゴールド	牛乳 マヨネーズパン	若鶏、もも 油揚げ かつ お節 米みそ 普通牛 乳100 ベーコン プロセ スチーズ	バター 車糖(三温糖) ロールパン マヨネー ズ(全卵型)	たまねぎ にんにく こま つな スイートコーン に んじん キャベツ 宇和 ゴールド	エネルギー: 502kcal タンパク: 22.9g 脂質: 27.3g	加齢M: 274mg 食塩相当量: 2g
10 木	ピピンパ丼 大根とちくわの煮物 ワンタンスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた大型種、かた 鶏 卵、全卵(生) かつお節 焼き竹輪 ぶた、ひき肉 普通牛乳	水稲穀粒(精白米) こ ま油 車糖(三温糖) ワンタンの皮 ショート ケーキ	ほうれんそう もやし に んじん にんにく だいこ ん たまねぎ スイート コーン チンゲンサイ ぼ んかん しょうが	エネルギー: 512kcal タンパク: 24.1g 脂質: 22.7g	加齢M: 202mg 食塩相当量: 1.3g
11 金	建国記念の日						
12 土	菓子袋			米菓 ミルクチョコレート スナック(コーンスナック) カステラ マシュマロ ビ スケット		エネルギー: 423kcal タンパク: 5.1g 脂質: 12.9g	加齢M: 51mg 食塩相当量: 0.4g
13 日							
14 月	カウボーイスープ ささみの香草パン粉焼き 牛乳 白菜の塩昆布和え 宇和ゴールド	麦茶 チョコケーキ	ベーコン 黄だいず 若 鶏、ささ身 チーズ 普通 牛乳100 鶏卵、全卵	でん粉 パン粉 オ リーブ油 プレミックス 粉 バター 車糖(三温 糖)チョコレート	たまねぎ キャベツ に んじん トマト缶詰 ほう ろ菜 塩昆布 宇和 ゴールド	エネルギー: 518kcal タンパク: 24.3g 脂質: 25g	加齢M: 258mg 食塩相当量: 2.8g
15 火	焼き魚(鮭) ポテトサラダ みつ葉のかき玉汁 黒豆 はるか	ジョア (ブルーベリー) ぱかうけ	べにざけ ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ 鶏卵、全卵(生) 黄だいず	じゃがいも マヨネーズ (全卵型) 車糖(三温 糖) 米菓(塩せんべ い)	にんじん スイートコー ン きゅうり 糸みつば はるか	エネルギー: 462kcal タンパク: 25g 脂質: 11.7g	加齢M: 349mg 食塩相当量: 1.1g
16 水	ハムカツ 温野菜 春雨スープ さつまいもスティック ポンカン	牛乳 手作り ミルクレープ	ハム(プレス) 鶏卵、全 卵 まぐろ類缶詰 ベー コン 普通牛乳 普通牛 乳 ホイップクリーム	薄力粉(1等) パン粉 サフラワー油 ドレッシ ング 緑豆はるさめ オリ ーブ油 さつまいも 三温糖	わかめ ブロッコリー に んじん キャベツ チンゲ ンサイ スイートコーン ぼんかん もも いちご	エネルギー: 519kcal タンパク: 17.6g 脂質: 24.7g	加齢M: 197mg 食塩相当量: 2.2g
17 木	マーボー豆腐 半月卵 うち豆汁 ブロッコリーのなめたけ和え スイーティー	牛乳 手作りクリーム ボックス	ぶたひき肉 米みそ 絹 ごし豆腐 鶏卵全卵 黄 だいず かつお節 普通 牛乳 加糖練乳	ごま油 でん粉 パ ター 食パン	にら にんじん にんにく しょうが だいこん 根深 ねぎ ブロッコリー えの きたけ いちご	エネルギー: 417kcal タンパク: 20.4g 脂質: 16.8g	加齢M: 259mg 食塩相当量: 1.4g
18 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 チンゲン菜スープ 宇和ゴールド 牛乳	気になる野菜 (白ぶどう) スイートポテト	ぶた大型種、かた 若 鶏、もも ベーコン 普通 牛乳 鶏卵全卵 クリー ム	中華めん サフラワー ー油 車糖(三温糖) さ つまいも バター	あおさ たまねぎ 青ピー マン にんじん キャベツ チンゲンサイ スイート コーン 宇和ゴールド	エネルギー: 526kcal タンパク: 16g 脂質: 21.3g	加齢M: 183mg 食塩相当量: 0.8g
19 土	コッペパン(ブルーベリー&マーガリン) 春雨とひき肉のソテー 牛乳200 ポンカン	バナナ のりこさん	ぶた、ひき肉(生) 普通 牛乳200	あんパン バター 緑 豆はるさめ(乾) 米菓	チンゲンサイ にんじ ん もやし ぼんかん バナナ	エネルギー: 673kcal タンパク: 18.6g 脂質: 22.5g	加齢M: 301mg 食塩相当量: 1g
20 日							
21 月	むらくも汁 笹かま揚げ 牛乳 菜の花のお浸し みかん	手作り飲む ヨーグルト ムーンライト	かつお節 蒸しかまぼ こ 鶏卵、全卵(生) 絹ごし 豆腐 笹かま 普通牛乳 100 普通牛乳1リットル	じゃがいも サフラワ ー油 プレミックス粉 乳 酸菌飲料 ビスケット	にんじん 根深ねぎ ぶなしめじ 菜の花 みかん	エネルギー: 408kcal タンパク: 16.6g 脂質: 17.3g	加齢M: 315mg 食塩相当量: 1.7g
22 火	さばの味噌煮 切干大根の中華和え うち豆汁 ブロッコリー 宇和ゴールド	牛乳 フルーツサンド	まさば(生) 米みそ(甘 みそ) 焼き竹輪 黄だい ず(国産、乾) かつお節 普通牛乳100 ホイップク	車糖(三温糖) ごま油 マヨネーズ(全卵型) ロールパン	しょうが スイートコー ン きゅうり にんじん 切干 しいたけ だいこん 根 深ねぎ ブロッコリー 宇 和ゴールド ほうれん草	エネルギー: 510kcal タンパク: 22.9g 脂質: 24.5g	加齢M: 226mg 食塩相当量: 2g
23 水	天皇誕生日						
24 木	五目納豆 さつまいものバター煮 小松菜汁 せとか 水菜のお浸し	牛乳 マカロニ カレーグラタン	焼き竹輪 鶏卵、全卵 糸引き納豆 チーズ かつ お節 米みそ 普通牛 乳 ぶた、ひき肉	マヨネーズ さつまい も バター 車糖(三温 糖) 焼きふ、スパゲッ ティ	根深ねぎ にんじん こまつ せとか もやし みずな たまねぎ	エネルギー: 465kcal タンパク: 21.9g 脂質: 21.7g	加齢M: 361mg 食塩相当量: 1.9g
25 金	きのこスパゲティ レバーのケチャップ煮 もずくスープ いちご 牛乳100	野菜生活 りんごと チーズの蒸しパン	ベーコン かつお節 ぶ た、肝臓 鶏卵、全卵 普通牛乳 チーズ	スパゲッティ バター でん粉 サフラワー油 車糖(三温糖) プレ ミックス粉	たまねぎ にんじん ぶなしめじ エリンギ もずく 根深ねぎ いち ご りんご	エネルギー: 544kcal タンパク: 26.6g 脂質: 22g	加齢M: 245mg 食塩相当量: 1.4g
26 土	ハムエッグサンド コロコロスープ 牛乳 せとか	リンゴジュース ぼたぼた焼き	ハム(ロース) 鶏卵、全 卵 チーズ ベーコン 普 通牛乳	食パン マヨネーズ(全 卵型) オリーブ油 米 菓(塩せんべい)	トマト缶詰 たまねぎ キャベツ にんじん に んにく せとか	エネルギー: 500kcal タンパク: 16.6g 脂質: 18.4g	加齢M: 206mg 食塩相当量: 3.5g
27 日							
28 月	菜の花シチュー 里芋のそぼろ煮 牛乳 ポイル野菜 はるか	フルーツヨーグルト 芋花子	成鶏、むね(皮つき、生) ぶた、ひき肉(生) 普通 牛乳	じゃがいも さといも 車糖(三温糖) でん粉 さつまいも サフラワ ー油	スイートコーン たまねぎ にんじん キャベツ 菜の 花 ブロッコリー はるか パインアップル かん も も さつまいも	エネルギー: 417kcal タンパク: 13.8g 脂質: 15.3g	加齢M: 250mg 食塩相当量: 0.6g
給食MEMO 10日(木)お誕生会 11日(金)建国記念の日 23日(水)天皇誕生日 材料の都合により献立が変わることがあります。 							

令和4年2月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園



日曜	献立名			栄養価			栄養価	
	朝間	昼食	昼間	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える		
1 火	なかよしプリン	さわらのムニエル 青菜和え 小松菜汁 にんじんグラッセ ポンカン ご飯	牛乳 焼き芋	さわら(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通 牛乳100	有塩バター 薄力粉(1 等) 焼きふ 三温糖 水稲穀粒(精白米) さ つまいも	エリンギ(生) えのきた け レモン(果汁、生) こまつな もやし にんじ ん ぼんかん	エネルギー: 498kcal タンパク: 14.8g 脂質: 12.5g	加減量: 243mg 食塩相当量: 0.9g
2 水	麦茶 パナナ	焼肉 ピーフンソテー ジャが芋汁 ブロッコリーのなめたけ和え りんご ご飯	牛乳 スラッピージョー (コッペパン)	ぶた大型種、ロース ベーコン かつお節 米 みそ 絹ごし豆腐 普通 牛乳 ぶた、ひき肉	ピーファン オリーブ油 じゃがいも 水稲穀粒 (精白米) コッペパン 車糖(三温糖) パン粉	パナナ にんじん キャベツ にら たまねぎ ブロッ コリー えのきたけ りんご にんにく しょうが 青ピー マン	エネルギー: 521kcal タンパク: 18.4g 脂質: 13.6g	加減量: 173mg 食塩相当量: 1.3g
3 木	麦茶 ムーンライト	おに★スババーグ さつまいものバター煮 中華スープ みかん 煮豆 わかめおにぎり	カップdeヤクルト うす塩せんべい	ベーコン ぶた、ひき肉 鶏卵、全卵 凍り豆腐 大豆	ビスケット スパゲティ マヨネーズ パン粉 スナッ ク さつまいも バター 三 温糖 水稲穀粒(精白米) 米菓	青ピーマン さやいんげ ん ブロッコリー にんじ ん たまねぎ スイート コーン チンゲンサイ	エネルギー: 795kcal タンパク: 31.5g 脂質: 28.2g	加減量: 366mg 食塩相当量: 2g
4 金	牛乳 マリービスケット	卵とじうどん 鶏肉のやわらか照りつけ ほうれん草のお浸し ポンカン	ジョア (プレーン) ゆかりおにぎり	普通牛乳 かつお節 鶏 卵、全卵 若鶏、もも し ろさけ	ビスケット うどん 車糖 (三温糖) でん粉 水稲 穀粒(精白米)	根深ねぎ たまねぎ に んじん しょうが ほうれ んそう ぼんかん ゆか り	エネルギー: 605kcal タンパク: 24.7g 脂質: 16.1g	加減量: 439mg 食塩相当量: 1.2g
5 土	麦茶 果物チップス	ソフトフランス(甘バター) ポルシチ 牛乳100 せとか	ぶどうゼリー 味しらべ	ぶた中型種、かた(脂身 つき、生) 普通牛乳100	バター ソフトフランス バター じゃがいも サフ ラワー油 米菓	にんじん キャベツ トマ ト 缶詰 にんにく たまね ぎ せとか	エネルギー: 486kcal タンパク: 14.2g 脂質: 16.2g	加減量: 153mg 食塩相当量: 1.7g
6 日								
7 月	ミルミル Caせんべい	ハッシュドポーク ポテトコロッケ 牛乳 干切キャベツ みかん ご飯	野菜生活 チョイス	ぶた大型種、かた 鶏 卵、全卵(生) ぶた、ひ き肉(生) 普通牛乳	米菓 パン粉 薄力粉 (1等) じゃがいも サフ ラワー油 水稲穀粒(精 白米) ビスケット	たまねぎ トマト加工品 マッシュルーム トマト キャベツ にんじん み かん	エネルギー: 709kcal タンパク: 21.2g 脂質: 24.5g	加減量: 284mg 食塩相当量: 1.8g
8 火	ソファール (プレーン)	ブリ大根 スパゲティサラダ うち豆汁 さつまいもスティック デコボン ご飯	牛乳 焼きりんごの アイスのせ	ぶり まぐろ類缶詰 黄 だいず かつお節 米み そ 普通牛乳	スパゲティ マヨネーズ サフラワー油 さつまいも 水稲穀粒(精白米) ラク アイス メープルシロップ	だいこん にんじん ス イートコーン きゅうり 根深ねぎ デコボン り んご	エネルギー: 673kcal タンパク: 20.2g 脂質: 25g	加減量: 354mg 食塩相当量: 0.6g
9 水	麦茶 いちご	鶏肉のバーベキューソース 三色和え にんじんグラッセ きゃべつ汁 宇和ゴールド ご飯	牛乳 マヨネーズパン	若鶏、もも 油揚げ か つお節 米みそ 普通牛 乳 ベーコンチーズ	バター 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 有 塩バター マヨネーズ ロールパン	いちご たまねぎ にんに く こまつな スイートコー ン にんじん キャベツ 宇 和ゴールド スイートコー ン	エネルギー: 515kcal タンパク: 19.5g 脂質: 20.3g	加減量: 247mg 食塩相当量: 1.6g
10 木	ヤクルト アンパンマン せんべい	ビビンバ丼 大根とちくわの煮物 ワンドンスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた大型種、かた 鶏 卵、全卵 かつお節 焼 き竹輪 ぶた、ひき肉 普通牛乳	米菓 水稲穀粒(精白 米) ごま油 車糖(三温 糖) ワンドンの皮 ショートケーキ	ほうれんそう もやし に んじん にんにく だいご ん たまねぎ スイートコー ン チンゲンサイ デコボン いちご	エネルギー: 614kcal タンパク: 22.5g 脂質: 17.6g	加減量: 215mg 食塩相当量: 1.1g
11 金								
12 土	りんごゼリー	菓子袋			米菓(塩せんべい) ミルク チョコレート スナック(コ ーンスナック) カステラ マ ッシュマロ ビスケット(ソ フト)		エネルギー: 485kcal タンパク: 5.1g 脂質: 12.9g	加減量: 52mg 食塩相当量: 0.4g
13 日								
14 月	牛乳 白い風船	カウボーイスープ ささみの香草パン粉焼き 白菜の塩昆布和え 宇和ゴールド ご飯	麦茶 チョコケーキ	普通牛乳 ベーコン 黄 だいず 若鶏、ささ身 チーズ 鶏卵、全卵	ウエハース でん粉 パ ン粉 オリーブ油 水稲穀 粒(精白米) プレミックス 粉 バター 三温糖 チョコレ ート	たまねぎ キャベツ に んじん トマト缶詰 は くさい 塩昆布 宇和ゴ ールド	エネルギー: 663kcal タンパク: 26.7g 脂質: 26.6g	加減量: 251mg 食塩相当量: 2.9g
15 火	牛乳 りんご	焼き魚(鮭) ポテトサラダ みつ葉のかき玉汁 黒豆 はるか ご飯	ジョア (ブルーベリー) ばかうけ	普通牛乳 べにざけ ハ ム 絹ごし豆腐 かつお 節 米みそ 鶏卵、全卵 黄だいず	じゃがいも マヨネーズ 三温糖 水稲穀粒(精白 米) 米菓	りんご にんじん スイ ートコーン きゅうり 糸 み つば はるか	エネルギー: 606kcal タンパク: 28g 脂質: 13.4g	加減量: 447mg 食塩相当量: 1.1g
16 水	ミルミル アスパラガス	ハムカツ 温野菜 春雨スープ さつまいもスティック ポンカン ご飯	牛乳 手作り ミルクレーブ	ハム(プレス) 鶏卵、全 卵 まぐろ類缶詰 ベー コン 普通牛乳 ホイッ プクリーム	米菓 薄力粉 パン粉 サ フラワー油 ドレッシング はるさめ オリーブ油 さ つまいも 水稲穀粒 車糖	わかめ ブロッコリー に んじん キャベツ チンゲ ンサイ スイートコーン ぼんかん もも いちご	エネルギー: 684kcal タンパク: 22.3g 脂質: 23.6g	加減量: 293mg 食塩相当量: 2.4g
17 木	ヤクルト ミニサラダ せんべい	マーボー豆腐 半月卵 うち豆汁 ブロッコリーのなめたけ和え スイーティー ご飯	牛乳 手作りクリーム ボックス	ぶた、ひき肉 米みそ 絹 ごし豆腐 鶏卵、全卵 黄 だいず かつお節 普通牛 乳 加糖練乳	米菓 ごま油 でん粉 水稲穀粒(精白米) 有 塩バター 食パン	にら にんじん にんに く しょうが だいこん 根 深ねぎ ブロッコリー え のきたけ いちご	エネルギー: 559kcal タンパク: 21.8g 脂質: 15.3g	加減量: 260mg 食塩相当量: 1.4g
18 金	牛乳 ビスコ	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 チンゲン菜スープ 宇和ゴールド	気になる野菜 (白ぶどう) スイートポテト	普通牛乳 ぶた大型種 かた 若鶏、もも ベー コン 鶏卵、全卵 クリ ーム	ビスケット 中華めん サフラワー油 車糖(三 温糖) さつまいも パ ター	あおさ たまねぎ 青ピー マン にんじん キャベツ チンゲンサイ スイートコー ン 宇和ゴールド	エネルギー: 626kcal タンパク: 17g 脂質: 27.3g	加減量: 181mg 食塩相当量: 0.9g
19 土	麦茶 ゴマクラッカー	コッペパン(ブルーベリー) 春雨とひき肉のソテー 牛乳100 ポンカン	バナナ のりこさん	ぶた、ひき肉(生) 普通 牛乳	クラッカー(ソーダ) ごま (乾) コッペパン パ ター はるさめ 米菓	チンゲンサイ にんじん 緑豆もやし(生) ぼんか ん パナナ	エネルギー: 551kcal タンパク: 14.7g 脂質: 15.1g	加減量: 194mg 食塩相当量: 1g
20 日								
21 月	牛乳 黒糖ミルク	むらくも汁 笹かま揚げ 菜の花のお浸し みかん ご飯	手作り 飲むヨーグルト ムーンライト	普通牛乳 かつお節 蒸 しかまぼこ 鶏卵、全卵 (生) 絹ごし豆腐 笹か ま	米菓 じゃがいも サフ ラワー油 プレミックス粉 水稲穀粒(精白米) 乳 酸菌飲料 ビスケット	にんじん(根、皮つき、 生) 根深ねぎ(葉、軟 白、生) ぶなしめじ(生) なずな(葉、生) うん	エネルギー: 517kcal タンパク: 17.3g 脂質: 16.4g	加減量: 277mg 食塩相当量: 1.7g
22 火	なかよしプリン	さばの味噌煮 切干大根の中華和え うち豆汁 ブロッコリー 宇和ゴールド ご飯	牛乳 フルーツサンド	まさば(生) 米みそ 焼 き竹輪 黄だいず かつ お節 普通牛乳 ホイッ プクリーム	車糖(三温糖) ごま油 マヨネーズ(全卵型) 水 稲穀粒(精白米) ロー ルパン	しょうが(根茎、生) ス イートコーン(未熟種子、 ゆで) きゅうり(果実、 生) にんじん(根、皮つ	エネルギー: 586kcal タンパク: 18.5g 脂質: 22g	加減量: 246mg 食塩相当量: 1.7g
23 水								
24 木	麦茶 いちご	五目納豆 さつまいものバター煮 小松菜汁 せとか 水菜のお浸し ご飯	牛乳 マカロニ カレーグラタン	焼き竹輪 鶏卵、全卵 糸引き納豆 チーズ か つお節 米みそ 普通牛 乳 ぶた、ひき肉	マヨネーズ さつまいも バター 車糖(三温糖) 焼きふ、水稲穀粒(精白 米) マカロニ	いちご 根深ねぎ に んじん こまつな せとか もやし みずな たまね ぎ	エネルギー: 620kcal タンパク: 24.7g 脂質: 22.1g	加減量: 373mg 食塩相当量: 1.9g
25 金	牛乳 卵サブレ	きのこスパゲティ レバーのケチャップ煮 もずくスープ いちご	野菜生活 りんごと チーズの蒸しパン	かつお節 ぶた、肝臓 (生) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 チーズ	サブレ スパゲティパ ター でん粉 サフラ ワー油 車糖(三温糖) プレミックス粉	たまねぎ にんじん ぶ なしめじ エリンギ もず く 根深ねぎ いちご り んご	エネルギー: 698kcal タンパク: 30.3g 脂質: 24.3g	加減量: 241mg 食塩相当量: 1.2g
26 土	麦茶 リッツ	ジャムサンド たまごサラダ コロコロスープ 牛乳 せとか	リンゴジュース ぼたぼた焼き	ハム(ロース) 鶏卵、全 卵 チーズ ベーコン 普通牛乳	クラッカー 食パン マ ヨネーズ オリーブ油 米 菓	トマト缶詰 たまねぎ キャベツ にんじん に んにく せとか	エネルギー: 525kcal タンパク: 16.6g 脂質: 19.4g	加減量: 211mg 食塩相当量: 3.5g
27 日								
28 月	牛乳 卵ポーロ	菜の花シチュー 里芋のそぼろ煮 ポイル野菜 はるか ご飯	フルーツ ヨーグルト 芋花子	普通牛乳 成鶏、むね (皮つき、生) ぶた、ひ き肉	ポーロ じゃがいも さ といも 車糖 でん粉 水 稲穀粒 さつまいも サ フラワー油	スイートコーン たまね ぎ にんじん キャベツ 菜 の花 ブロッコリー はるか パインアップル みかん も も パナナ	エネルギー: 591kcal タンパク: 16.4g 脂質: 15.8g	加減量: 254mg 食塩相当量: 0.6g

給食MEMO
10日(木)お誕生会
11日(金)建国記念の日
23日(水)天皇誕生日
1歳未満6か月未満の子はきざみ・薄味にしています。材料の都合により献立が変わることがあります。



令和4年 2月 離乳食献立予定表



日	曜	中期 7ヶ月～8ヶ月 舌でつぶせる固さ モグモグ期	後期 9ヶ月～11ヶ月 歯ぐきでつぶせる固さ カミカミ期
1	火	7倍粥 小松菜汁 カジキとかぶのトロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 カジキとかぶのトロトロ煮
2	水	7倍粥 じゃが芋汁 にんじんとレバーのトロトロ煮	5倍粥 じゃが芋汁 にんじんとレバーのトロトロ煮
3	木	7倍粥 白菜汁 さつまいもと豆腐のトロトロ煮	5倍粥 白菜汁 さつまいもと豆腐のトロトロ煮
4	金	野菜たっぷりうどん ほうれん草とささ身のトロトロ煮	野菜たっぷりうどん ほうれん草とささ身のトロトロ煮
5	土	ブロッコリーパン粥 かぶと鮭のトロトロ煮	ブロッコリーパン粥 かぶと鮭のトロトロ煮
6	日		
7	月	7倍粥 きゃべつ汁 ささ身とじゃが芋のトロトロ煮	5倍粥 きゃべつ汁 ささ身とじゃが芋のトロトロ煮
8	火	7倍粥 ブロッコリースープ 納豆と白菜のトロトロ煮	5倍粥 ブロッコリースープ 納豆と白菜のトロトロ煮
9	水	7倍粥 にんじん汁 レバーときゃべつのトロトロ煮	5倍粥 にんじん汁 レバーときゃべつのトロトロ煮
10	木	かぼちゃリゾット風粥 鮭とさつまいものトロトロ煮	かぼちゃリゾット風粥 鮭とさつまいものトロトロ煮
11	金	建国記念の日	
12	土	にんじん7倍粥 大根と凍り豆腐のトロトロ煮	にんじん5倍粥 大根と凍り豆腐のトロトロ煮
13	日		
14	月	7倍粥 かぶスープ 白菜と納豆のトロトロ煮	5倍粥 かぶスープ 白菜と納豆のトロトロ煮
15	火	7倍粥 ほうれん草汁 カジキと大根のトロトロ煮	5倍粥 ほうれん草汁 カジキと大根のトロトロ煮
16	水	7倍粥 じゃが芋汁 レバーと小松菜のトロトロ煮	5倍粥 じゃが芋汁 レバーと小松菜のトロトロ煮
17	木	7倍粥 玉ねぎ汁 マーボー豆腐風トロトロ煮	5倍粥 玉ねぎ汁 マーボー豆腐風トロトロ煮
18	金	野菜そうめん かぼちゃとカジキのトロトロ煮	野菜そうめん かぼちゃとカジキのトロトロ煮
19	土	ポテトパン粥 ほうれん草とささ身のトロトロ煮	ポテトパン粥 ほうれん草とささ身のトロトロ煮
20	日		
21	月	7倍粥 玉ねぎ汁 鶏ささ身と小松菜のトロトロ煮	5倍粥 玉ねぎ汁 鶏ささ身と小松菜のトロトロ煮
22	火	7倍粥 豆腐汁 かぶとコーンクリームのトロトロ煮	5倍粥 豆腐汁 かぶとコーンクリームのトロトロ煮
23	水	天皇誕生日	
24	木	7倍粥 小松菜汁 さつまいもと納豆のトロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 さつまいもと納豆のトロトロ煮
25	金	肉うどん かぼちゃとほうれん草のペースト	肉うどん かぼちゃとほうれん草のペースト
26	土	さつまいもパン粥 玉ねぎと鮭のトロトロ煮	さつまいもパン粥 玉ねぎと鮭のトロトロ煮
27	日		
28	月	7倍粥 ポテトスープ キャベツと納豆のトロトロ煮	5倍粥 ポテトスープ キャベツと納豆のトロトロ煮
ごはんから作る		7倍粥 ごはん 1 : 水 3	5倍粥 ごはん 1 : 水 2
米から作る		米 1 : 水 7	米 1 : 水 5