

令和3年2月 献立表

3歳以上児

門田報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	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 月	照り焼きチキン さつま芋の甘煮 白菜シチュー 牛乳 ポンカン	フルーヨーグルト(★) 動物ビスケット	鶏もも ベーコン 牛乳 ヨーグルト	さつまいも 車糖 じゃがいも 上新粉 ビスケット	たまねぎ にんじん はくさい ぼんかん パナナ もも缶 みかん缶	エネルギー：506kcal タンパク：17.2g 脂質：20.9g	食塩相当量：0.9g	
16 火	焼肉 ナムル 牛乳 パナナ	スポロン サラダせんべい	ぶたロース 牛乳	ごま 油 ごま 米菓	もやし ごまつな にんじん コーン缶 パナナ	エネルギー：368kcal タンパク：15.6g 脂質：15.3g	食塩相当量：1g	
17 水	白身魚のタルタルソース もやし和え 牛乳 みかん	牛乳 きなこトースト(★)	まだら 鶏卵 牛乳 きな粉	薄力粉 パン粉 油 マヨネーズ 食パン 無塩バター ざらめ糖	きゅうり にんじん もやし うんしゅうみかん	エネルギー：499kcal タンパク：23.9g 脂質：25.3g	食塩相当量：1.1g	たんぼぼ組 そり遊び (予定)
18 木	厚焼き玉子 金平ごぼう 牛乳 りんご	ヤクルト まがりせんべい	鶏卵 ぶたロース さつま揚げ 牛乳	車糖 油 しらたき ごま 米菓	ごぼう れんこん にんじん りんご	エネルギー：382kcal タンパク：17.2g 脂質：16.7g	食塩相当量：0.8g	
19 金	ミートスパゲティ レバーのスパイス揚げ 春雨スープ オレンジ	牛乳 ビスケット	ぶたひき ナチュラルチーズ ぶたレバー 牛乳	スパゲティ 車糖 でん粉 油 はるさめ ごま ビスケット	たまねぎ にんじん トマト缶 パセリ 乾しいたけ パレンシアオレンジ	エネルギー：408kcal タンパク：19.3g 脂質：17g	食塩相当量：0.8g	
20 土	ミルクリッチ ジャーマンポテト 牛乳 みかん	プリン ぱりんこ	ベーコン 牛乳	クリームパン じゃがいも 有塩バター 米菓	たまねぎ にんじん コーン缶 うんしゅうみかん	エネルギー：544kcal タンパク：17.4g 脂質：21.2g	食塩相当量：1.7g	
21 日								
22 月	スタミナカレー シーザーサラダ 牛乳 甘夏	ソファール 醤油せんべい	ぶたかた 脱脂粉乳 ベーコン ナチュラルチーズ 牛乳	じゃがいも 油 米菓	にんじん たまねぎ いら かぼちゃ キャベツ コーン缶 きゅうり なつみかん	エネルギー：462kcal タンパク：16.1g 脂質：21g	食塩相当量：1.3g	
23 火								天皇誕生日
24 水	ぶりの照り焼き かぼちゃサラダ 牛乳 バナナ	牛乳 スラッピージョ(★)	ぶり プロセスチーズ 牛乳 ぶたひき	マヨネーズ コッペパン 油	しょうが かぼちゃ にんじん きゅうり パナナ たまねぎ 青ピーマン トマト缶	エネルギー：512kcal タンパク：24.1g 脂質：25.1g	食塩相当量：1.2g	
25 木	厚揚げの中華煮 半月卵 牛乳 ポンカン	牛乳 焼き芋(★)	生揚げ ぶたかた 鶏卵 牛乳	ごま油 でん粉 さつまいも	にんじん 乾しいたけ たまねぎ はくさい 根深ねぎ ぼんかん	エネルギー：404kcal タンパク：17.5g 脂質：16.9g	食塩相当量：0.3g	
26 金	きつねうどん 天ぷら 牛乳 いちご	ジョア 黒ごまクラッカー	油揚げ 焼き竹輪 牛乳	干しうどん 車糖 プレミックス粉 さつまいも 油 クラッカー	にんじん 乾しいたけ 根深ねぎ たまねぎ わかめ いちご	エネルギー：521kcal タンパク：18.6g 脂質：15g	食塩相当量：1.8g	
27 土	ツナコーンサンド ころころスープ 牛乳 みかん	オレンジジュース サラダせんべい	まぐろ類缶 ベーコン 牛乳	食パン マヨネーズ じゃがいも 油 パレンシアオレンジ 米菓	コーン缶 きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ うんしゅうみかん	エネルギー：513kcal タンパク：15.7g 脂質：16.8g	食塩相当量：1.6g	
28 日								

※(★)は、手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※2日、9日、12日は、行事食のため、完全給食になります。

令和3年2月 献立表

3歳未満児

門田報徳保育園

日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	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 月	リンゴジュース 星たべよ	照り焼きチキン さつま芋の甘煮 白菜シチュー 牛乳 ポンカン ご飯	フルーツヨーグルト (★) 動物ビスケット	鶏もも ベーコン 牛乳 ヨーグルト	米菓 さつまいも 車糖 じゃがいも 油 上新粉 水稲穀粒 ビスケット	たまねぎ にんじん はくさい ぼんかん パナナ もも缶 みかん缶	エネルギー: 584kcal タンパク: 16.3g 脂質: 16.6g	食塩相当量: 0.8g	
16 火	牛乳 クッキー	焼肉 ナムル 白菜汁 パナナ ご飯	スポロン ぱりんこ	牛乳 ぶたロース 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ	ビスケット ごま 油 水稲穀粒 米菓	もやし こまつな にんじん コーン缶 はくさい 根深ねぎ パナナ	エネルギー: 547kcal タンパク: 19.8g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.5g	
17 水	ゼリー	白身魚のタルタルソース もやし和え たまねぎ汁 みかん ご飯	牛乳 きなこトースト(★)	まだら 鶏卵 絹ごし豆腐 みそ かつお節 牛乳 きな粉	薄力粉 パン粉 油 マヨネーズ 水稲穀粒 食パン 無塩バター ざらめ糖	きゅうり にんじん もやし たまねぎ うんしゅうみかん	エネルギー: 532kcal タンパク: 20.4g 脂質: 18.3g	食塩相当量: 1.1g	たんぼぼ組 そり遊び (予定)
18 木	牛乳 チョコイス	厚焼き玉子 金平ごぼう 青菜汁 りんご ご飯	ヤクルト まがりせんべい	普通牛乳 鶏卵 全卵 ぶたロース さつま揚げ かつお節 みそ	ビスケット 車糖 油 しらたき ごま 焼きふ 水稲穀粒 米菓	ごぼう れんこん にんじん こまつな たまねぎ りんご	エネルギー: 542kcal タンパク: 19.2g 脂質: 18.8g	食塩相当量: 0.9g	
19 金	ぶどうジュース せんべい	ミートスパゲティ レパールのスパイス揚げ 春雨スープ オレンジ ご飯	牛乳 ビスケット	ぶたひき ナチュラルチーズ ぶたレバー 牛乳	米菓 スパゲッティ 車糖 でん粉 油 はるさめ ごま 水稲穀粒 ビスケット	たまねぎ にんじん トマト缶 パセリ 乾しいたけ パレンシアオレンジ	エネルギー: 507kcal タンパク: 18g 脂質: 13.4g	食塩相当量: 0.8g	
20 土	オレンジジュース アスパラガス	ミルクリッチ ジャーマンポテト 牛乳 みかん	プリン ぱりんこ	ベーコン 牛乳	パレンシアオレンジ ビスケット クリームパン じゃがいも 米菓	たまねぎ にんじん コーン缶 うんしゅうみかん	エネルギー: 455kcal タンパク: 11.1g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.4g	
21 日									
22 月	リンゴジュース ムーンライト	スタミナカレー シーザーサラダ 牛乳 甘夏 ご飯	ヨーグルト 醤油せんべい	ぶたかた 脱脂粉乳 ベーコン ナチュラルチーズ 牛乳	ビスケット じゃがいも 油 マヨネーズ 水稲穀粒 米菓	にんじん たまねぎ いら かぼちゃ キャベツ コーン缶 きゅうり なつみかん	エネルギー: 562kcal タンパク: 14.2g 脂質: 20.1g	食塩相当量: 1.1g	
23 火									天皇誕生日
24 水	麦茶 星たべよ	ぶりの照り焼き かぼちゃサラダ 大根汁 パナナ ご飯	牛乳 スラッピージョ(★)	ぶり プロセスチーズ みそ かつお節 牛乳 ぶたひき	米菓 マヨネーズ 水稲穀粒 コッペパン 油	かぼちゃ にんじん きゅうり だいこん パナナ たまねぎ 青ピーマン トマト缶	エネルギー: 492kcal タンパク: 19.3g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 1.1g	
25 木	ぶどうジュース ビスコ	厚揚げの中華煮 半月卵 わかめ汁 ポンカン ご飯	牛乳 焼き芋(★)	生揚げ ぶたかた 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳	ビスケット 油 でん粉 じゃがいも 水稲穀粒 さつまいも	にんじん 乾しいたけ たまねぎ はくさい 根深ねぎ わかめ ぼんかん	エネルギー: 506kcal タンパク: 15.9g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 0.8g	
26 金	ゼリー	きつねうどん 天ぷら 牛乳 いちご	ジョア ゴマクラッカー	牛乳 油揚げ 焼き竹輪	クラッカー 干しうどん 車糖 プレミックス粉 油	にんじん 乾しいたけ 根深ねぎ たまねぎ わかめ あおさ いちご	エネルギー: 514kcal タンパク: 19.6g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1.9g	
27 土	リンゴジュース ビスケット	ツナコーンサンド ころころスープ 牛乳 みかん	オレンジジュース ぱりんこ	まぐろ類缶 ベーコン 牛乳	ビスケット 食パン マヨネーズ じゃがいも 油 パレンシアオレンジ 米菓	コーン缶 きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ にんにく うんしゅうみかん	エネルギー: 502kcal タンパク: 12.2g 脂質: 17g	食塩相当量: 1.2g	
28 日									

※(★)は、手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。

2月 離乳食献立予定表

日(曜)	献立名(共通分) AM		離乳食PM(後期)	
1(月)	おかゆ	大根煮 青菜汁	煮込みうどん	ほうじ茶
2(火)	おかゆ	キャベツとささみ煮 わかめ汁	パンケーキ	フルーツ
3(水)	おかゆ	ツナきのご煮 玉ねぎ汁	ほうれん草がゆ	ほうじ茶
4(木)	おかゆ	肉じゃが えのき汁	人参がゆ	ほうじ茶
5(金)	おかゆ	ほうれん草卵とし 大根汁	にゅうめん	ほうじ茶
6(土)	おかゆ	野菜ココロ煮 オニオンスープ	ブロッコリーがゆ	ほうじ茶
7(日)				
8(月)	おかゆ	さつま芋煮 具だくさん汁	フルーツヨーグルト	ほうじ茶
9(火)	おかゆ	かぶのやわらか煮 青菜汁	ほうとう	ほうじ茶
10(水)	おかゆ	魚の野菜あんかけ 豆腐汁	ひじきがゆ	ほうじ茶
11(木)				
12(金)	おかゆ	キャベツツナ煮 野菜スープ	さつま芋の蒸しパン	ほうじ茶
13(土)	おかゆ	野菜のトマト煮 白菜スープ	ほうれん草がゆ	ほうじ茶
14(日)				
15(月)	おかゆ	鶏肉と白菜煮 わかめ汁	フルーツヨーグルト	ほうじ茶
16(火)	おかゆ	マーボー豆腐 白菜汁	あけほのがゆ	ほうじ茶
17(水)	おかゆ	白身魚野菜あんかけ 玉ねぎ汁	ほうれん草おやき	ほうじ茶
18(木)	おかゆ	野菜卵とし 青菜汁	さつま芋のがゆ	ほうじ茶
19(金)	おかゆ	野菜トマト煮 具だくさん汁	スープスパゲッティ	ほうじ茶
20(土)	おかゆ	ココロ煮 かぼちゃスープ	磯がゆ	ほうじ茶
21(日)				
22(月)	おかゆ	かぼちゃ煮 大根汁	キャベツがゆ	ほうじ茶
23(火)				
24(水)	おかゆ	魚と大根煮 青菜汁	チーズリゾット	ほうじ茶
25(木)	おかゆ	厚揚げと野菜煮 わかめスープ	ぶかし手	ほうじ茶
26(金)	おかゆ	ツナ野菜煮 ねぎスープ	きつねうどん	ほうじ茶
27(土)	おかゆ	大根煮 人参スープ	ほうれん草がゆ	ほうじ茶
28(日)				

* 献立は、材料の関係上、一部変更になる場合があります。

* 献立は、後期に合わせて立てています。

初期はドロドロ状

中期は舌でつぶせる固さ

後期は歯ぐきでつぶせる固さです。