



乳幼児献立表

Table with columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 3時おやつ, 栄養価. Rows include meals like チキンカレーライス, ひなまつり, 麦ごはん, 御飯, etc.

※食べたことがない食材は、必ずご家庭で試して下さい。

※食材の仕入れの都合により、変更する場合がございます。

※ハム・ウィンナー・ベーコン・カレールウ・クリームシチュールウ・ハヤシプレークはアレルギーフリーの物を使用。

※食パン・さつま揚げ・ちくわは卵不使用の物を使用。

※ゼラチンは牛由来の物を使用。

※ホットケーキミックス粉は卵・乳製品不使用の物を使用

※なかよし給食はアレルギーや宗教も統一し皆で同じものを食べられるイベントです。



乳幼児献立表

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄養価 乳児 幼児
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
19 木	春分の日 たけのこ入り混ぜご飯 がんとどきのあんかけ すまし汁(花ふ・なばな) キャベツのゆかりあえ 甘夏缶	 米、片栗粉、砂糖、油、焼きふ	牛乳、豆腐、鶏もも肉、きな粉	キャベツ、甘夏みかん缶、人参、もやし、なばな、えだまめ、たけのこ、ひじき、干しいたけ	だし汁、しょうゆ、酒、みりん、塩、しそふりかけ	牛乳 牛乳 おはぎ(きなこ) 	エネルギー 512 598 kcal たんぱく質 19.0 21.5 g 脂 質 14.6 15.6 g 食 塩 1.2 1.5 g
21 土	御飯 八宝菜 中華スープ(かぼちゃ・ネギ) バナナ	米、小麦粉、砂糖、ごま油、片栗粉、油	牛乳、豚もも、無調整豆乳、チーズ	キャベツ、バナナ、たまねぎ、かぼちゃ、長ねぎ、人参、たけのこ、しいたけ、きくらげ	しょうゆ、ベーキングパウダー、中華だしの素、おろしにんにく、塩、おろししょうが	牛乳 牛乳 チーズ蒸しパン	エネルギー 443 511 kcal たんぱく質 17.4 19.4 g 脂 質 13.9 14.7 g 食 塩 1.1 1.3 g
23 月	味噌炒め丼 切干大根の煮物 すまし汁(高野豆腐・大根葉) 洋梨缶	米、砂糖、ビスケット、バター、油、片栗粉	牛乳、豚もも、ヨーグルト、無調整豆乳、クリーム、ちくわ、凍り豆腐、赤みそ、ゼラチン	キャベツ、洋梨缶詰め、人参、切干大根、いんげん、だいこん葉、長ねぎ、ピーマン、パプリカ、レモン果汁	だし汁、しょうゆ、酒、みりん、おろししょうが、塩、おろしにんにく	牛乳 牛乳 ヨーグルトケーキ(レア)	エネルギー 497 579 kcal たんぱく質 19.9 22.6 g 脂 質 17.9 19.8 g 食 塩 1.4 1.7 g
24 火	なかよし給食 御飯 さばの焼きおろし煮 キャベツと油揚げのお浸し	 米、じゃがいも、コーンフレーク、マッシュマロ、バター、砂糖 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)	牛乳、さば、油揚げ、赤みそ、白みそ	キャベツ、大根おろし、たまねぎ、人参	だし汁、しょうゆ、酒、塩	牛乳 牛乳 マッシュマロおこし	エネルギー 435 500 kcal たんぱく質 17.7 19.8 g 脂 質 15.1 16.2 g 食 塩 1.6 1.9 g
25 水	お楽しみ給食 お赤飯 鶏のから揚げ 豆腐すまし汁 トマトとハムのサラダ いちご	 米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉	牛乳、鶏もも、豆腐、豆乳、ハム、脱脂粉乳	トマト、きゅうり、いちご、こねぎ	だし汁、三島 赤飯の素、しょうゆ、酢、みりん、ココア、塩、おろししょうが、おろしにんにく	牛乳 牛乳 うずまきクッキー 	エネルギー 474 550 kcal たんぱく質 20.0 22.7 g 脂 質 15.3 16.4 g 食 塩 1.5 1.8 g
26 木	ちゃんぽんラーメン ツナじゃが きゅうりのさっぱり漬け 黄桃缶	中華麺(卵無し)、じゃがいも、米、油、ごま油、白いりごま、砂糖	牛乳、豚もも、ツナ缶(水煮)、さつま揚げ、さけ	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、黄桃缶ダイスカット、もやし、人参、きくらげ	しょうゆ、酢、塩、中華だしの素、パセリ粉	牛乳 牛乳 さけ・おにぎり	エネルギー 476 533 kcal たんぱく質 23.2 26.0 g 脂 質 12.7 13.2 g 食 塩 1.8 2.1 g
27 金	御飯 炒り鶏 ブロッコリーともやしのごま和え みそ汁(さつまいも・ねぎ)	米、さつまいも、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、油、白すりごま	牛乳、鶏もも肉、さつま揚げ、赤みそ、白みそ	ブロッコリー、もやし、人参、ごぼう、たまねぎ、長ねぎ、コーン、ピーマン、いんげん	だし汁、しょうゆ、酒、ケチャップ、みりん	牛乳 牛乳 ごはんDEピザ(マヨ)	エネルギー 460 532 kcal たんぱく質 16.2 17.9 g 脂 質 13.6 14.3 g 食 塩 1.5 1.8 g
28 土	ピラフ コーン焼き じゃがいもの豆乳煮 コンソメスープ(わかめ・長葱)	米、じゃがいも、小麦粉、メープルシロップ、砂糖、米粉、片栗粉、ノンエッグマヨネーズ、油	牛乳、豚ひき肉、無調整豆乳、鶏ももひき肉、ベーコン	たまねぎ、人参、コーン、長ねぎ、わかめ	コンソメ、ベーキングパウダー、塩、しょうゆ、おろししょうが、おろしにんにく、パセリ粉	牛乳 牛乳 ホットケーキ(卵なし)	エネルギー 514 600 kcal たんぱく質 19.5 22.1 g 脂 質 17.3 19.0 g 食 塩 1.6 1.9 g
30 月	世界の料理 オランダ 御飯 キベリング風パン粉焼き フライドポテト(ケチャップ) トマトونسープ	 米、フライドポテト、小麦粉、油、砂糖、パン粉	牛乳、たら、無調整豆乳、ウインナーソーセージ	たまねぎ、キャベツ、ホールトマト、みかん缶、白桃缶	ケチャップ、酒、ベーキングパウダー、コンソメ、塩、おろしにんにく、パセリ粉	牛乳 牛乳 パンケーキフルーツ添え	エネルギー 517 604 kcal たんぱく質 17.8 19.9 g 脂 質 20.3 22.7 g 食 塩 1.1 1.3 g
31 火	御飯 卵と豚肉の炒めもの かぼちゃのサラダ(ツナ) みそ汁(だいこん・あげ)	米、食パン、ブルーベリージャム、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉、ごま油	牛乳、豚もも、卵、ツナ缶、油揚げ、赤みそ、白みそ	大根、かぼちゃ、しめじ、きゅうり、長ねぎ、コーン	だし汁、しょうゆ、酒、みりん	牛乳 牛乳 ブルーベリージャムサンド	エネルギー 444 513 kcal たんぱく質 19.9 22.6 g 脂 質 16.6 18.2 g 食 塩 1.3 1.6 g
平均 栄養 価							エネルギー 476 549 kcal たんぱく質 19.5 22.0 g 脂 質 15.8 17.0 g 食 塩 1.4 1.7 g

※食べたことがない食材は、必ずご家庭で試して下さい。

※食材の仕入れの都合により、変更する場合がございます。

※ハム・ウインナー・ベーコン・カレールウ・クリームシチュールウ・ハヤシフレークはアレルギーフリーの物を使用。

※食パン・さつま揚げ・ちくわは卵不使用の物を使用。

※ゼラチンは牛由来の物を使用。

※ホットケーキミックス粉は卵・乳製品不使用の物を使用

※なかよし給食はアレルギーや宗教も統一し皆で同じものを食べられるイベントです。