



目標：なんでも食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
 ※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の食食とおやつとのカロリーです。
 乳児は8割で計算しています。これは、目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
 ※一日の幼児食食おやつとのカロリー基準：551kcal

	月 5	火 6	水 7 七草粥	木 8	金 9 新年お楽しみ会	土 10
風食	ご飯 鯖の塩焼き 切干大根の煮物 若布と長葱の味噌汁 フルーツゼリー 	カレーうどん さつまいも甘煮 大根の甘酢漬け ヨーグルト	胚芽ご飯 厚揚げのスタミナ炒め ちぢみほうれん草の胡麻和え 卵とキャベツの味噌汁 みかん	ご飯 鶏肉の甘辛揚げ 大根とじゃこのさっぱり和え 彩り野菜のすまし汁 バナナ	agu 松風焼き 紅白なます 芋きんとん 田作り お雑煮風すまし汁 お祝いイチゴゼリー 	ご飯 豚肉の葱塩炒め 胡瓜と人参のゆかり和え しめじと玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト
3時	きな粉お麩ラスク 牛乳	韓国風おにぎり 小魚 麦茶	七草粥 麦茶 	パンケーキ ヨーグルトドリンク	黒豆蒸しパン 牛乳	塩昆布おにぎり ヨーグルトドリンク
	I補給 - 539 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 20.6 g 炭水化物 73.9 g	I補給 - 508 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 13.9 g 炭水化物 80.7 g	I補給 - 427 kcal 蛋白質 15.2 g 脂質 9.3 g 炭水化物 73.5 g	I補給 - 637 kcal 蛋白質 27.8 g 脂質 14.7 g 炭水化物 100.1 g	I補給 - 616 kcal 蛋白質 25.6 g 脂質 17.5 g 炭水化物 95.0 g	I補給 - 525 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 10.7 g 炭水化物 86.2 g
	12	13	14	15	16 誕生会	17
風食		ご飯 白身魚のフライ 人参しりしり キャベツと玉ねぎの味噌汁 バナナ	ガバオライス 桜えびと春雨のさっぱりサラダ タイ風スープ ヨーグルト	牛丼 白菜と人参の浅漬け 呉汁 フルーツゼリー	ベーコンのトマトクリームパスタ ほうれん草バターソテー カラフルコンソメスープ レモンゼリー	鶏肉と野菜のどんぶり 切干大根のハリハリサラダ さつま芋の味噌汁 ヨーグルト
3時		豚肉とコーンの炊き込みご飯 麦茶	ジャーマンポテト 牛乳	人参とチーズのおやき 小魚 麦茶	バイクドチーズケーキ ジュース 	菜飯おにぎり ヨーグルトドリンク
	I補給 - 470 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 7.9 g 炭水化物 82.8 g	I補給 - 492 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 16.5 g 炭水化物 70.7 g	I補給 - 638 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 20.4 g 炭水化物 101.4 g	I補給 - 593 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 24.2 g 炭水化物 82.0 g	I補給 - 551 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 8.3 g 炭水化物 99.5 g	
	19	20	21	22	23	24
風食	ご飯 マーメイドチキン じゃが芋とコーンのサラダ ブロッコリーと豆腐の塩麩スープ バナナ	カレーうどん さつまいも甘煮 大根の甘酢漬け ヨーグルト	胚芽ご飯 厚揚げのスタミナ炒め ちぢみほうれん草の胡麻和え 卵とキャベツの味噌汁 みかん	ご飯 鶏肉の甘辛揚げ 大根とじゃこのさっぱり和え 彩り野菜のすまし汁 フルーツゼリー	ご飯 カジキの柚庵焼 ひじきのマヨサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 オレンジ	ご飯 豚肉の葱塩炒め 胡瓜と人参のゆかり和え しめじと玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト
3時	きな粉お麩ラスク 牛乳	韓国風おにぎり 小魚 麦茶	南瓜餡サンド 牛乳	パンケーキ ヨーグルトドリンク	卵のふんわりしらす雑炊 麦茶	塩昆布おにぎり ヨーグルトドリンク
	I補給 - 551 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 22.3 g 炭水化物 67.2 g	I補給 - 508 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 13.9 g 炭水化物 80.7 g	I補給 - 769 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 25.4 g 炭水化物 127.0 g	I補給 - 659 kcal 蛋白質 28.7 g 脂質 14.7 g 炭水化物 106.0 g	I補給 - 408 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 6.9 g 炭水化物 70.9 g	I補給 - 525 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 10.7 g 炭水化物 86.2 g
	26	27	28	29	30	31
風食	ご飯 鶏肉と冬野菜のカレー炒め ほうれん草ともやしの納豆和え 若布と長葱の味噌汁 オレンジ	ご飯 白身魚のフライ 人参しりしり キャベツと玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト	ガバオライス 桜えびと春雨のさっぱりサラダ タイ風スープ バナナ	牛丼 白菜と人参の浅漬け 呉汁 フルーツゼリー	麦ご飯 白菜たっぷりちゃんこ鍋 胡瓜と若布の酢の物 りんご	鶏肉と野菜のどんぶり 切干大根のハリハリサラダ さつま芋の味噌汁 ヨーグルト
3時	大根餅 麦茶	豚肉とコーンの炊き込みご飯 麦茶	ジャーマンポテト 牛乳	人参とチーズのおやき 小魚 麦茶	バームクーヘン ヨーグルトドリンク	菜飯おにぎり ヨーグルトドリンク
	I補給 - 421 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 14.6 g 炭水化物 56.3 g	I補給 - 485 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 7.9 g 炭水化物 83.6 g	I補給 - 477 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 16.5 g 炭水化物 69.9 g	I補給 - 638 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 20.4 g 炭水化物 101.4 g	I補給 - 620 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 21.3 g 炭水化物 91.1 g	I補給 - 577 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 8.3 g 炭水化物 105.4 g