

目標：感謝して食べよう

※日々安心・安全な食品を納品しています。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日の昼食とおやつ分のカロリーです。
乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※1日の幼児昼食おやつ分のカロリー基準：549kcal

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
	節分献立					
昼食	ご飯	鯛の蒲焼き丼	胚芽ご飯	豆たっぷりドライカレー	ご飯	ご飯
	鶏じゃが	金平金棒	大根と牛肉の甘辛炒め	冬野菜の甘酢漬	鶏の竜田揚げ	豚肉と野菜の炒めもの
	水菜と桜えびのボン酢和え	小松菜のお浸し	キャベツと胡瓜の海苔和え	ペイザンヌスープ	白雪サラダ	キャベツおかか和え
	白菜と人参の味噌汁	鬼除け汁	さつま芋と玉ねぎの味噌汁	フルーツゼリー 	豆腐となめこの味噌汁	かぶと油揚げの味噌汁
	みかん	いちご	ヨーグルト		バナナ	ヨーグルト
おやつ	ワインナーパン	鬼まんじゅう	ごぼうと豚肉の炊き込みご飯	かきたま雑炊	チーズケーキ風トースト	ビスケット
	ヨーグルトドリンク	牛乳	小魚 麦茶	麦茶	牛乳	せんべい ヨーグルトドリンク
	I補材 - 579 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 10.9 g 炭水化物 94.4 g	I補材 - 528 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 12.5 g 炭水化物 88.6 g	I補材 - 507 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 12.7 g 炭水化物 79.8 g	I補材 - 483 kcal 蛋白質 14.8 g 脂質 4.8 g 炭水化物 100.9 g	I補材 - 615 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 25.1 g 炭水化物 79.4 g	I補材 - 537 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 13.7 g 炭水化物 82.4 g
	9	10	11	12	13	14
昼食	ご飯	雑穀ご飯		野菜たっぷり味噌ラーメン	菜飯	鶏そぼろ丼
	鶏肉のりんごソースがけ	豚肉と白菜の塩麴炒め		焼売	鯖の柚子味噌焼き	胡瓜と人参のゆかり和え
	キャベツと大根のさっぱり和え	胡瓜ともやしの胡麻酢和え		ほうれん草の中華ナムル	切干大根のハリハリサラダ	じゃが芋と若布の味噌汁
	南瓜と小松菜の味噌汁	ニラと厚揚げの味噌汁		フルーツゼリー	大根皮入りみぞれ汁	ヨーグルト
	バナナ	ヨーグルト			でこぼん	
おやつ	そぼろと白菜の和風あんかけ丼	オレンジマフィン	鮭と人参の混ぜご飯	チーズドック	せんべい	
	麦茶	牛乳	小魚 麦茶	ヨーグルトドリンク	ウエハース ヨーグルトドリンク	
	I補材 - 519 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 88.3 g	I補材 - 582 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 19.9 g 炭水化物 75.3 g		I補材 - 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 93.0 g	I補材 - 489 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 9.1 g 炭水化物 86.4 g	I補材 - 472 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 7.8 g 炭水化物 80.5 g
	16	17	18	19	20	21
	誕生日会					
昼食	ご飯	鯛の蒲焼き丼	胚芽ご飯	ハエリア	ご飯	ご飯
	鶏じゃが	金平ごぼう	大根と牛肉の甘辛炒め	ハンバーグ〜トマトソースがけ〜	鶏の竜田揚げ	豚肉と野菜の炒めもの
	水菜と桜えびのボン酢和え	小松菜のお浸し	キャベツと胡瓜の海苔和え	キャベツのコールスローサラダ	白雪サラダ	キャベツおかか和え
	白菜と人参の味噌汁	豚汁	さつま芋と玉ねぎの味噌汁	ほうれん草のミルクスープ	豆腐となめこの味噌汁	かぶと油揚げの味噌汁
	みかん	いちご	ヨーグルト	きらきらみかんゼリー	バナナ	ヨーグルト
おやつ	ワインナーパン	さつま芋とりんごの茶巾	ごぼうと豚肉の炊き込みご飯	いちごパイ 	チーズケーキ風トースト	ビスケット
	ヨーグルトドリンク	牛乳	小魚 麦茶	ミルクティー	牛乳	せんべい ヨーグルトドリンク
	I補材 - 579 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 10.9 g 炭水化物 94.4 g	I補材 - 492 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 11.7 g 炭水化物 82.1 g	I補材 - 507 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 12.7 g 炭水化物 79.8 g	I補材 - 627 kcal 蛋白質 23 g 脂質 23.6 g 炭水化物 82.6 g	I補材 - 615 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 25.1 g 炭水化物 79.4 g	I補材 - 537 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 13.7 g 炭水化物 82.4 g
	23	24	25	26	27	28
昼食		ご飯	雑穀ご飯	野菜たっぷり味噌ラーメン	菜飯	鶏そぼろ丼
		鶏肉のりんごソースがけ	豚肉と白菜の塩麴炒め	焼売	鯖の柚子味噌焼き	胡瓜と人参のゆかり和え
		キャベツと大根のさっぱり和え	胡瓜ともやしの胡麻酢和え	ほうれん草の中華ナムル	切干大根のハリハリサラダ	じゃが芋と若布の味噌汁
		南瓜と小松菜の味噌汁	ニラと厚揚げの味噌汁	フルーツゼリー	大根皮入りみぞれ汁	ヨーグルト
		バナナ	ヨーグルト		でこぼん	
おやつ	そぼろと白菜の和風あんかけ丼	チーズドック	鮭と人参の混ぜご飯	オレンジマフィン	せんべい	
	麦茶	ヨーグルトドリンク	小魚 麦茶	牛乳	ウエハース ヨーグルトドリンク	
	I補材 - 519 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 88.3 g	I補材 - 593 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 14.9 g 炭水化物 90.6 g	I補材 - 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 93.0 g	I補材 - 478 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 14.1 g 炭水化物 71.1 g	I補材 - 472 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 7.8 g 炭水化物 80.5 g	