



# 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のカロリー基準：548kcal

	月 2	火 3（節分お楽しみ会）	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	ご飯 鶏じゃが 水菜と桜えびのポン酢和え 白菜と人参の味噌汁 みかん	鯛の蒲焼き丼 金平金棒 小松菜のお浸し 鬼除け汁 いちご	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ペイザンヌスープ いよかん	胚芽ご飯 大根と牛肉の甘辛炒め キャベツと胡瓜の海苔和え さつま芋と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鶏の竜田揚げ 白雪サラダ 豆腐となめこの味噌汁 バナナ	ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	バナナ春巻き ヨーグルトドリンク	鬼まんじゅう 牛乳	かきたま煮麺 麦茶	チーズケーキ風トースト 牛乳	ごぼうと豚肉の炊き込みご飯 小魚 麦茶	ゆかりおにぎり 牛乳
	I補† - 548 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 12.7 g 炭水化物 89.9 g	I補† - 528 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 12.5 g 炭水化物 88.6 g	I補† - 421 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 4.7 g 炭水化物 84.9 g	I補† - 586 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 19.9 g 炭水化物 83.3 g	I補† - 536 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 17.9 g 炭水化物 75.9 g	I補† - 546 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 14.4 g 炭水化物 85.7 g
	9	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 鶏肉のりんごソースがけ きゃべつと大根のさっぱり和え 南瓜と小松菜の味噌汁 はっさく	雑穀ご飯 豚肉と白菜の塩麴炒め 胡瓜ともやしの胡麻酢和え ニラと厚揚げの味噌汁 バナナ		野菜たっぷり味噌ラーメン 焼売 ほうれん草の中華ナムル フルーツゼリー	菜飯 鱈の柚子味噌焼き 切干大根のハリハリサラダ 大根皮入りみぞれ汁 でこぼん	鶏そぼろ丼 胡瓜と人参のゆかり和え じゃが芋と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	そぼろと白菜の和風あんかけ丼 麦茶	オレンジマフィン 牛乳		鮭と人参のおにぎり 小魚 麦茶	きなこツイスト ヨーグルトドリンク	おかかおにぎり 牛乳
	I補† - 506 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 85.2 g	I補† - 564 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 19.9 g 炭水化物 73.6 g	I補† - 421 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 4.7 g 炭水化物 84.9 g	I補† - 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 93.0 g	I補† - 511 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 13.4 g 炭水化物 76.6 g	I補† - 552 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 11.6 g 炭水化物 93.4 g
	16	17	18	19（お楽しみ献立）	20	21
昼食	ご飯 鶏じゃが 水菜と桜えびのポン酢和え 白菜と人参の味噌汁 みかん	鯛の蒲焼き丼 金平ごぼう 小松菜のお浸し 豚汁 いちご	豆たっぷりドライカレー 冬野菜の甘酢漬け ペイザンヌスープ いよかん	パエリア ハンバーグ〜トマトソースがけ〜 キャベツのコールスローサラダ カリフラワーポタージュ きらきらみかんゼリー	ご飯 鶏の竜田揚げ 白雪サラダ 豆腐となめこの味噌汁 バナナ	ご飯 豚肉と野菜の炒めもの キャベツおかか和え かぶと油揚げの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	バナナ春巻き ヨーグルトドリンク	さつまいもとりんごの茶巾 牛乳	かきたま煮麺 麦茶	いちごパイ ホットティー	ごぼうと豚肉の炊き込みご飯 小魚 麦茶	ゆかりおにぎり 牛乳
	I補† - 548 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 12.7 g 炭水化物 89.9 g	I補† - 492 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 11.7 g 炭水化物 82.1 g	I補† - 421 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 4.7 g 炭水化物 84.9 g	I補† - 603 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 20.9 g 炭水化物 83.8 g	I補† - 536 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 17.9 g 炭水化物 75.9 g	I補† - 546 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 14.4 g 炭水化物 85.7 g
	23	24	25	26	27	28
昼食		雑穀ご飯 豚肉と白菜の塩麴炒め 胡瓜ともやしの胡麻酢和え ニラと厚揚げの味噌汁 バナナ	ご飯 鶏肉のりんごソースがけ きゃべつと大根のさっぱり和え 南瓜と小松菜の味噌汁 はっさく	野菜たっぷり味噌ラーメン 焼売 ほうれん草の中華ナムル フルーツゼリー	菜飯 鱈の柚子味噌焼き 切干大根のハリハリサラダ 大根皮入りみぞれ汁 でこぼん	鶏そぼろ丼 胡瓜と人参のゆかり和え じゃが芋と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ		オレンジマフィン 牛乳	そぼろと白菜の和風あんかけ丼 麦茶	鮭と人参のおにぎり 小魚 麦茶	きなこツイスト ヨーグルトドリンク	おかかおにぎり 牛乳
	I補† - 564 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 19.9 g 炭水化物 73.6 g	I補† - 506 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 85.2 g	I補† - 506 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 85.2 g	I補† - 559 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 93.0 g	I補† - 511 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 13.4 g 炭水化物 76.6 g	I補† - 552 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 11.6 g 炭水化物 93.4 g