

給食予定献立表(3つの食品群) 2022年2月 未満児

日曜日	献立名	赤い 血や肉に作るもの		緑い からだの調子を整えるもの		黄い 骨や体温を作るもの		10時のおやつ 3時のおやつ
		魚類・肉類・豆類・乳類・卵類		野菜類・藻類・くだもの類		穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
1 火	・ごはん ・ピザチキン ・ツナサラダ ・パンプキンポタージュ ・バインヨーグルト	とりもも、ちーず つな ぎゅうにゅう よーぐると		ばせり きゃべつ、にんじん かぼちゃ、たまねぎ ばいんかん		こめ どれっしんぐ さとう		・マンナウエファー ・水族館のなかまたち ・まめびよ(いちご味)
2 水	・ごはん ・タラの漬け焼き ・白菜としめじののさつと煮 ・さつま汁・白桃缶	たら みそ		はくさい、しめじ、きぬさや ごぼう、にんじん、ながねぎ、はくとうかん		こめ さつまいも		・ぱりぱりパンプキン ・いちごブルーチェ
3 木	・ナポリタン ・さつま芋サラダ ・コンソメスープ・洋梨缶	ういんなー とりももにく		たまねぎ、にんじん、しめじ、ぴーまん きゅうり、こーん はくさい、にんじん、ほうれんそう、ようなしかん		すばげってい、あぶら さつまいも		・マンナビスケット ・節分ボーロ ・牛乳
4 金	・☆☆みんなとお給食☆☆ ・麦ごはん ・豚肉のしぐれ煮 ・ブロッコリーゆかり和え ・みそ汁・みかん	ぶたにく みそ、あぶらあげ		ごぼう、たまねぎ、しらたき、いんげん ぶろっこりー、もやし、にんじん、ゆかり だいこん、きぬさや、みかん		こめ、おしむぎ さとう		・ソースせん ・わかめおにぎり
5 土	・中華丼 ・大根の煮物 ・中華スープ・ぶどうゼリー	ぶたにく、あつあげ ちくわ		はくさい、たまねぎ、にんじん、ぐりんぴーす だいこん		こめ、あぶら、さとう、かたくりこ さとう ぶどうゼリー		・きなこカップケーキ ・乳酸菌飲料
7 月	・ごはん ・ポークトマト煮 ・コーンサラダ ・コロコロ野菜スープ ・バインヨーグルト	ぶたにく ベーこん よーぐると		たまねぎ、まっしゅるーむ、ぐりんぴーす きゃべつ、こーん、にんじん たまねぎ、にんじん、いんげん ばいんかん		こめ さとう どれっしんぐ さとう		・たべっこBABY ・おかかおにぎり
8 火	・みそラーメン ・豆腐しゅうまい ・長芋のおかか和え ・洋梨缶	みそ、ぶたにく しゅうまい		はくさい、もやし、たまねぎ、にんじん、ねぎ おくら ようなしかん		ちゅうかめん、ごまあぶら ながいも、さとう		・マンナウエファー ・メープルビスケット ・牛乳
9 水	・ごはん ・マスの梅おかか焼き ・南瓜のそぼろあん ・みそ汁・りんご	ます とりひきにく みそ、とうふ		かぼちゃ たまねぎ、しめじ、ながねぎ、りんご		こめ さとう、あぶら さとう、かたくりこ		・アンパンマンソフトせん ・きなこパン(焼き) ・牛乳
10 木	・ごはん ・鶏肉の塩こうじ焼き ・関東煮風 ・みそ汁・みかん缶	とりもも がんも、ちくわ みそ		だいこん はくさい、えのき、ながねぎ、みかんかん		こめ なましおこうじ、あぶら さといも		・マンナビスケット ・サクサクわかめせんべい ・まめびよ(いちご)
14 月	・☆☆バレンタイン☆☆ ・ごはん ・ハンバーグ(ハート型) ・白菜サラダ ・コンソメスープ・いちご	はーとはんぱーぐ はむ		はくさい、こーん たまねぎ、えのき、ばんのうねぎ、いちご		こめ あぶら まかろに		・たべっこBABY ・米粉のカップケーキ ・牛乳
15 火	・けんちんうどん ・鶏じゃが ・ブロッコリー・バナナ	とうふ、あぶらあげ とりももにく		だいこん、ごぼう、にんじん、しめじ、ほうれんそう たまねぎ、ぐりんぴーす ブロッコリー、ばなな		うどん じゃがいも、さとう		・マンナウエファー ・菜めしおにぎり
16 水	・ごはん ・さわらのコーンマヨ焼き ・カニとかぶのどろっと煮 ・みそ汁・カクテルゼリー	さわら かにかま みそ、あぶらあげ		こーん かぶ、しょうが、かぶのは たまねぎ、いんげんみかんかん		こめ あぶら さとう、かたくりこ かくてるゼリー		・星たべよ ・さつま芋ケーキ ・牛乳
17 木	・チキンライス ・ウインナー・ブロッコリー ・ほうれん草スープ ・バインヨーグルト	とりももにく ういんなー よーぐると		たまねぎ、こーん、にんじん、ぐりんぴーす ぶろっこりー きゃべつ、ほうれんそう、しめじ ばいんかん		こめ、ばたー さとう		・マンナビスケット ・メープルビスケット ・牛乳
18 金	・ごはん ・サバの味噌煮 ・キャベツのおかか和え ・具だくさん汁・はっさく	さば、みそ		しょうが きゃべつ、きゅうり だいこん、にんじん、ながねぎ、はっさく		こめ さとう さといも		・ソースせん ・ゆかりおにぎり
19 土	・麻婆豆腐丼 ・春雨ナムル ・中華スープ・みかんゼリー	とうふ、ぶたにく、みそ		にんじん、たまねぎ、ながねぎ、にら、にんにく きゅうり、にんじん だいこん、こーん、にら		こめ、さとう、かたくりこ はるさめ、さとう、ごまあぶら みかんゼリー		・ココア蒸しパン ・アンパンマンジュース
21 月	・ごはん ・カレイの照り焼き ・切干大根の煮物 ・みそ汁 ・フルーツヨーグルト	かれい あぶらあげ みそ よーぐると		きりぼしだいこん、にんじん、きぬさや はくさい、ほうれんそう、ながねぎ みかんかん、ばいんかん		こめ さとう さとう		・たべっこBABY ・わかめおにぎり
22 火	・☆☆お誕生日会☆☆ ・キーマカレー ・粉ふきいも ・冬やさいのスープ煮 ・バナナ	ぶたにく ういんなー		たまねぎ、にんじん、とまとびゅーれ、ぐりんぴーす だいこん、にんじん、こーん、かりふらわー、いんげん ばなな		こめ、あぶら、さとう じゃがいも		・マンナウエファー ・紅茶蒸しパン ・牛乳
24 木	・☆☆みんなとお給食☆☆ ・ごはん ・豚肉と玉ねぎの炒め物 ・南瓜の煮物 ・みそ汁・はっさく	ぶたにく みそ		たまねぎ、しょうが、にんにく、ぴーまん かぼちゃ だいこん、えのき、ながねぎ、はっさく		こめ こめ、あぶら、さとう さとう		・ソースせん ・ももゼリー
25 金	・コーンクリームスパゲティ ・チキンナゲット ・キャベツのソテー ・フルーツカクテル缶	ベーこん、とうにゅう ちきんなげつと		たまねぎ、こーん、まっしゅるーむ、ほうれんそう きゃべつ、にんじん、ぶろっこりー ふる一つかくてるかん		すばげってい、あぶら あぶら あぶら		・マンナビスケット ・おかかおにぎり
28 月	・麦ごはん ・鶏の漬け焼き ・しらすわかめサラダ ・みそ汁・洋梨缶	とりももにく しらすほし		きゃべつ、わかめ ねぎ、ごぼう、にんじん、しいたけ、ようなしかん		こめ、おしむぎ あぶら どれっしんぐ		・たべっこBABY ・菜めしおにぎり

	栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム	食塩
3歳以上児		512 kcal	18.2 g	14.0g	118 mg	1.4g
3歳未満児		448 kcal	15.2 g	10.8g	187 mg	1.4g