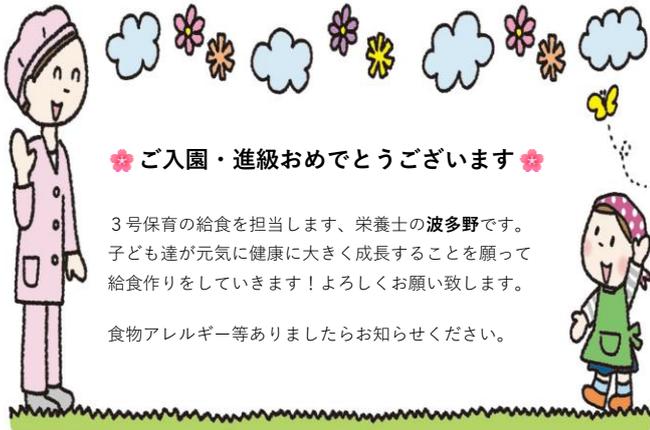


日付	献立名	午食 おやつ (おやつ)	1.2歳児		材 質 (分 類 : 六つの栄養食品)						栄養価										アレルギー対応		
			主食	おやつ	血や肉、骨のもと になるもの	体の働きを高める ものになるもの	腸や力のもとになるもの	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	塩分 g				
														A mg	B1 mg	B2 mg	C mg						
2 16 木	炒り豆腐 ポテトと人参のサラダ 白菜の味噌汁	牛乳 ※マカロニの きな粉和え	ごはん	牛乳	牛乳 豆腐 鶏ミンチ	油揚げ 米味噌 きな粉	玉葱 人参 インゲン 干し椎茸	白菜	白 米	マカロニ	487	20.9	18.8	66.7	31.2	1.1	2.1	152	0.24	0.43	17	8.1	乳・小麦
3 17 金	チキンカレー フルーツヨーグルト	牛乳 ※ジャムサンド	ごはん	牛乳	牛乳 鶏肉 スキムミルク	ヨーグルト	人参 玉葱 黄桃缶	バナナ みかん缶 いちごジャム	白 米	カレールー サラダ油 食パン	538	20.0	17.8	83.5	30.6	1.5	1.2	173	0.25	0.46	24	8.0	乳・小麦
4 18 土	親子丼 豚汁	自然食品おやつ	ごはん	牛乳	牛乳 鶏肉 卵	豚肉 米味噌	人参 玉葱 干し椎茸	グリーンピース 大根 ごぼう 中葱	白 米	サラダ油 里芋	453	20.5	15.5	61.2	13.6	2.1	1.6	30.8	0.25	0.35	7	2.8	乳・卵
6 20 月	豆腐ハンバーグ 人参しりしり オニオンスープ	※ポテトとチーズ のおやき	ごはん	牛乳	牛乳 豚ミンチ 豆腐 チーズ	卵 ツナ缶 ベーコン	玉葱 トマトケチャップ 人参	ハセリ粉	白 米	サラダ油 じゃがいも	438	16.2	20.7	52.3	16.6	1.1	1.4	26.5	0.37	0.28	17	6.5	乳・卵
7 21 火	麻婆豆腐丼 青菜のスープ バナナ	※牛乳もち	ごはん	牛乳	牛乳 豚ミンチ 豆腐	赤味噌 きな粉	人参 筍 玉葱 生姜 中葱	トマトケチャップ 青梗菜 干し椎茸 バナナ	白 米	かたくり粉 サラダ油 ごま油	467	17.0	13.2	75.4	24.6	0.7	1.9	14.6	0.27	0.33	16	4.6	乳
8 22 水	肉じゃが ほうれん草のお浸し 大根の味噌汁	牛乳 ※バナナケーキ	ごはん	牛乳	牛乳 豚肉 油揚げ 米味噌	米味噌 卵 かつお節	人参 インゲン 玉葱 ほうれん草	大根 中葱 バナナ	白 米	いりごま サラダ油 バター ミックス粉	527	20.2	20.4	73.5	32.2	1.9	2.3	38.7	0.36	0.55	33	8.1	乳・卵・小麦
9 23 木	白身魚の煮つけ かぼちゃのきめ煮 豆腐の味噌汁	牛乳 ※豆腐トナツ	ごはん	牛乳	牛乳 白身魚 カットわかめ	米味噌 豆腐 卵	生姜 かぼちゃ 玉葱	中葱	白 米	サラダ油 ミックス 粉	544	25.9	18.9	73.2	31.5	2.4	1.4	28.5	0.23	0.58	25	4.0	乳・卵・小麦
10 24 金	開花煮 小松菜の白す和え 味噌の味噌汁 ハナナ	※りんごゼリー	ごはん	牛乳	牛乳 豆腐 鶏肉 アガー	ちくわ 卵 白す干 カットわかめ 米味噌	玉葱 インゲン 人参	小松菜 バナナ りんごジュース	白 米	サラダ油 味噌	478	17.3	13.1	79.1	22.9	1.8	3.1	27.2	0.21	0.36	27	5.9	乳・卵・小麦
11 土	やきそば わかめスープ オレンジ	自然食品おやつ	めん	牛乳	牛乳 豚肉 かつお節	青のり カットわかめ さつま揚げ	もやし キャベツ 玉葱	人参 中葱 長葱 オレンジ	白 米	サラダ油 ごま油	350	12.4	14.2	47.9	16.1	2.0	1.0	6.4	0.19	0.19	28	4.4	乳・卵・小麦
25 土	後援会総会																						
13 27 月	クリームシチュー ブロッコリーのサラダ オレンジ	※わかめおにぎり	ごはん	牛乳	牛乳 鶏肉 カットわかめ		人参 玉葱 ハセリ粉	ブロッコリー オレンジ	白 米	バター じゃがいも 小麦粉 マヨネーズ ごま油	505	17.9	16.1	81.2	18.9	1.3	1.2	24.5	0.26	0.31	56	9.5	乳・卵・小麦
14 28 火	魚の照り焼き キャベツのゆかり和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 ※きな粉米粉 蒸しパン	ごはん	牛乳	牛乳 白身魚 油揚げ	米味噌 きな粉	キャベツ ゆかり粉 かぼちゃ	玉葱 中葱	白 米	米粉	427	23.7	12.0	61.4	30.0	1.2	1.1	15.2	0.19	0.49	30	3.5	乳
15 30 水	じゃがいもコロック ツナサラダ 野菜スープ	※バナナヨーグルト	ごはん	牛乳	牛乳 牛ミンチ 卵	ツナ缶 ベーコン ヨーグルト	玉葱 人参 きゅうり キャベツ	ハセリ粉 バナナ	白 米	パン粉 サラダ油 じゃがいも 小麦粉	481	13.8	20.5	66.7	16.4	1.4	1.1	10.9	0.20	0.28	28	7.4	乳・卵・小麦
基準値											480	19.0	16.0	60.0	20.0	1.5	2.1	20.0	0.25	0.30	20	4.0	
平均値											480	19.1	16.9	69.4	24.0	1.5	1.6	22.0	0.25	0.39	26	6.1	



❀ ご入園・進級おめでとうございます ❀

3号保育の給食を担当します、栄養士の波多野です。  
子ども達が元気に健康に大きく成長することを願って  
給食作りをしています！よろしくお願ひ致します。

食物アレルギー等ありましたらお知らせください。



- \* 新入園児の給食は3日（金）からです。
- \* 新入園児の午後おやつは7日（火）からです。
- \* 25日（土）は後援会総会のため給食はありません。
- \* 農園や園庭で採れた野菜等、当日にない食材を足す場合があります。その際は、事前にお知らせいたします。  
アレルギー等ありましたら担任までご連絡ください。