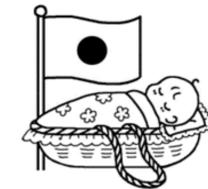


令和6年2月の献立

風の子保育園・ベビーホーム

月	火	水	木	金	土																																				
<p>※ 2月の魚は「いわし、バサ、メルルーサ、あじ、鮭、かれい、さば、さわら、赤魚」を予定していますが仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。</p> <p>※ ()内の食品は、おやつで使用する食品です。</p> <p>※ 完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除いています。</p> <p>また、揚げ物は焼き物に変更します。</p> <p>※ ★は新メニューです。</p>																																									
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>献立種類</th> <th colspan="4">乳児</th> <th colspan="4">幼児</th> </tr> <tr> <th>栄養素</th> <th>エネルギー</th> <th>タンパク質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>エネルギー</th> <th>タンパク質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>平均栄養価</td> <td>448 kcal</td> <td>18.7 g</td> <td>16.2 g</td> <td>61.9 g</td> <td>538kcal</td> <td>22.0 g</td> <td>18.0 g</td> <td>76.8 g</td> </tr> <tr> <td>目標栄養価</td> <td>463 kcal</td> <td>16.3 g</td> <td>12.5 g</td> <td>71.3 g</td> <td>510 kcal</td> <td>17.0 g</td> <td>14.0 g</td> <td>79.0 g</td> </tr> </tbody> </table>						献立種類	乳児				幼児				栄養素	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	平均栄養価	448 kcal	18.7 g	16.2 g	61.9 g	538kcal	22.0 g	18.0 g	76.8 g	目標栄養価	463 kcal	16.3 g	12.5 g	71.3 g	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g
献立種類	乳児				幼児																																				
栄養素	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物																																	
平均栄養価	448 kcal	18.7 g	16.2 g	61.9 g	538kcal	22.0 g	18.0 g	76.8 g																																	
目標栄養価	463 kcal	16.3 g	12.5 g	71.3 g	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g																																	
5	6	7	8	9	10																																				
<p>牛乳</p> <p>チーズ</p> <p>ごはん カレイの煮付け 小松菜の白和え さつま芋と玉ねぎの味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>コーンフレーク</p> <p>食パン ビーフシチュー 海藻サラダ バナナ</p>	<p>牛乳</p> <p>かぼちゃスティック</p> <p>ごはん さば照り焼き にんじんしりしり キャベツの煮びたし とろろ昆布と大根の味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>オレンジ</p> <p>ごはん 筑前煮 もやしの彩り和え 白菜と油揚げの味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>マンナビスケット</p> <p>ごはん 鮭の塩焼き 昆布の佃煮 温野菜 人参とキャベツの味噌汁</p>	<p>お茶</p> <p>カレーライス りんご</p>																																				
<p>牛乳</p> <p>ホットケーキ</p> <p>かれい、木綿豆腐、味噌(牛乳、卵)</p> <p>しょうが、白ねぎ、しめじ、大葉、にんじん、小松菜 ひじき、玉ねぎ、青ねぎ</p> <p>米、三温糖、こんにやく、ごま、練りごま、さつまいも (ホットケーキミックス、バター、三温糖)</p>	<p>牛乳</p> <p>そばろコーンチャウハン</p> <p>牛肉(鶏ひき肉)</p> <p>しめじ、にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー、トマト缶 にんにく、刻み昆布、海藻ミックス、レタス、トマト オクラ、バナナ(コーン)</p> <p>食パン、じゃが芋、サラダ油(米)</p>	<p>牛乳</p> <p>クッキー ヨーグルト</p> <p>さば、木綿豆腐、油揚げ、味噌(ヨーグルト)</p> <p>大葉、にんじん、キャベツ、えのき、大根 とろろ昆布、青ねぎ</p> <p>米、三温糖、焼き麩、(クッキー)</p>	<p>牛乳</p> <p>お麩ラスク</p> <p>メルルーサ、牛乳、油揚げ、味噌、(牛乳)</p> <p>人参、キャベツ、大根、しめじ、しいたけ ブロッコリー、小松菜、(りんご)</p> <p>米、小麦粉、三温糖、サラダ油、ポン酢 (ホットケーキミックス、バター、三温糖)</p>	<p>牛乳</p> <p>プリン</p> <p>さけ、卵、かつお節、味噌(卵、牛乳)</p> <p>大根、にんじん、大葉、昆布、ブロッコリー 梅干し、キャベツ、えのき、青ねぎ</p> <p>米、ごま、三温糖、さつま芋、マヨネーズ</p>	<p>お茶</p> <p>豚肉 バナナ</p>																																				
12	13	14	15	16	17																																				
	<p>牛乳</p> <p>さつまいもスティック</p> <p>根菜カレー コールスローサラダ オレンジ</p>	<p>牛乳</p> <p>りんご</p> <p>ごはん メルルーサのフライ マロニーのさっぱり和え 豆腐とわかめの味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>バナナ</p> <p>ごはん 豚肉とごぼうの柳川風 じゃが芋とじゃの梅和え 小松菜としめじの味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>ウエハース</p> <p>ごはん さわらのとろまヨ焼き きのこのさっぱり和え にゅうめん</p>	<p>お茶</p> <p>親子丼 オレンジ</p>																																				
<p>牛乳</p> <p>チーズ</p> <p>鶏肉、油揚げ、卵</p>	<p>牛乳</p> <p>あんバタートースト</p> <p>鶏肉、牛乳</p> <p>玉ねぎ、人参、にんにく、ごぼう、れんこん、刻み昆布 キャベツ、コーンオレンジ、(ブルーベリー)</p> <p>米、じゃがいも、サラダ油、三温糖、カレールウ、 ウスターソース、中濃ソース、マヨネーズ (バナナチップス)</p>	<p>牛乳</p> <p>おあげきなこ</p> <p>メルルーサ、牛乳、木綿豆腐、味噌(卵、牛乳)</p> <p>キャベツ、にんじん、きゅうり、きくらげ、わかめ 青ねぎ</p> <p>米、三温糖、小麦粉、パン粉、サラダ油、マロニー (ホットケーキミックス、三温糖、ココア)</p>	<p>牛乳</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>豚肉、厚揚げ、卵、しらす、油揚げ、味噌(豚肉)</p> <p>ごぼう、白ねぎ、玉ねぎ、しいたけ、ブロッコリー 梅干し、しめじ、小松菜(にんじん、玉ねぎ)</p> <p>米、三温糖、じゃが芋(小麦粉、片栗粉、ごま油)</p>	<p>牛乳</p> <p>中華ポテト</p> <p>さわら、味噌、鶏肉</p> <p>オクラ、コーン、サニー、にんじん、ブロッコリー しめじ、しいたけ、大根、にんじん、白ねぎ、水菜 青ねぎ</p> <p>米、練りごま、三温糖、そうめん、マヨネーズ、ポン酢 (さつま芋、サラダ油)</p>	<p>お茶</p> <p>人参、白ねぎ、玉ねぎ、しいたけ、青ねぎ、オレンジ</p> <p>米、三温糖</p>																																				
19	20	21	22	23	24																																				
<p>牛乳</p> <p>ヨーグルト</p> <p>衣笠うどん さつま芋の天ぷら りんご</p>	<p>牛乳</p> <p>チーズ</p> <p>ごはん バサのタンドリー焼き マカロニサラダ 野菜スープ</p>	<p>牛乳</p> <p>オレンジ</p> <p>ごはん 豆腐の落とし揚げ きゅうりとわかめの酢の物 大根と人参の味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>バナナチップス</p> <p>ごはん サバの南部焼き こぶきいも 胡麻和えサラダ(菜の花) なめこと大根の味噌汁</p>		<p>お茶</p> <p>ハヤシライス バナナ</p>																																				
<p>牛乳</p> <p>わかめおにぎり</p> <p>青ねぎ、玉ねぎ、しいたけ、サニー、ミニトマト りんご</p> <p>うどん、三温糖、さつま芋、小麦粉、サラダ油 (米、わかめふりかけ)</p>	<p>牛乳</p> <p>あんバタートースト</p> <p>バサ、ヨーグルト、手羽元</p> <p>にんにく、にんじん、サニー、きゅうり、玉ねぎ キャベツ、コーン</p> <p>米、マカロニ、三温糖、(食パン、あんこ、バター)</p>	<p>牛乳</p> <p>おあげきなこ</p> <p>シーチキン、木綿豆腐、雑魚、味噌(油揚げ)</p> <p>にんじん、玉ねぎ、ひじき、コーン、レタス、きゅうり わかめ、大根、青ねぎ(きな粉)</p> <p>米、片栗粉、三温糖(黒糖)</p>	<p>牛乳</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>さば、味噌</p> <p>にんじん、大葉、キャベツ、菜の花、エリンギ なめこ、わかめ、大根(ヨーグルト、りんご、バナナ)</p> <p>米、ごま、じゃがいも、練りごま、三温糖、麩 (みかん缶、パイン缶)</p>	<p>お茶</p> <p>牛肉</p> <p>玉ねぎ、マッシュルーム、人参、バナナ</p> <p>米、サラダ油、ハヤシルウ</p>																																					
26	27	28	29																																						
<p>牛乳</p> <p>コーンフレーク</p> <p>ごはん 鶏むね肉のジンジャーソース じゃが芋のほっこり炒め キャベツとえのきの味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>りんご</p> <p>ごはん アジの竜田揚げ ほうれん草の納豆和え 玉ねぎとかぼちゃの味噌汁</p>	<p>牛乳</p> <p>マンナビスケット</p> <p>ごはん チンジャオロース ナムル 卵スープ</p>	<p>牛乳</p> <p>チーズ</p> <p>中華おこわ 鮭の西京焼き ピーマンの甘辛和え ヤーコンのきんぴら きのこのすまし汁</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: yellow;">凡例</th> <th style="background-color: yellow;">給食献立</th> </tr> <tr> <td style="background-color: yellow;">午前 おやつ (乳児)</td> <td style="background-color: yellow;"></td> </tr> <tr> <td style="background-color: yellow;">午後 おやつ</td> <td style="background-color: yellow;"> <p>赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類</p> <p>緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類</p> <p>黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類</p> </td> </tr> </table>		凡例	給食献立	午前 おやつ (乳児)		午後 おやつ	<p>赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類</p> <p>緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類</p> <p>黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類</p>																														
凡例	給食献立																																								
午前 おやつ (乳児)																																									
午後 おやつ	<p>赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類</p> <p>緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類</p> <p>黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類</p>																																								
<p>牛乳</p> <p>ポップコーン</p> <p>鶏肉、油揚げ、味噌</p> <p>しょうが、サニー、にんじん、ひじき、いんげん、 キャベツ、えのき、青ねぎ</p> <p>米、小麦粉、三温糖、じゃがいも、こんにやく、 サラダ油(ポップコーン)</p>	<p>牛乳</p> <p>クッキー・ チーズ</p> <p>アジ、納豆、味噌(チーズ)</p> <p>青のり、にんじん、サニー、ほうれん草、にんじん かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ</p> <p>米、片栗粉、三温糖、サラダ油 (クッキー)</p>	<p>牛乳</p> <p>焼いも</p> <p>豚肉、卵、手羽元</p> <p>玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、キャベツ チンゲン菜、もやし、にんじん、刻みのり、わかめ</p> <p>米、三温糖、ごま油、ごま(さつま芋)</p>	<p>牛乳</p> <p>パンナコッタ</p> <p>さけ、甘味噌、豚肉、(牛乳)</p> <p>大葉、にんじん、ピーマン、しいたけ、しめじ えのき、青ねぎ、ごぼう</p> <p>米、三温糖、ヤーコン、サラダ油、こんにやく、 ごま油、ごま(生クリーム、三温糖、ジャム)</p>																																						