



2024ねん しゅんめいほいくえん

日 / 曜	献立名	材料名 (昼食・3時おやつ)			食食 (乳児クラス)		栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ	
1 18 (金) (月)	ブルコギ丼 ごま除去 ナムル ごま油除去 スープ くだもの	米、はるさめ、油、ごま油	〇牛乳、豚肉、ハム、味噌	なし、もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり、にら、ごま、わかめ、にんにく	かつお昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩、中華だし、	牛乳 牛乳 代替→豆乳 デニッシュ	エネルギー 500 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 19.9 g 食塩 2.3 g
2 16 (土)	ちゃんぽんうどん かぼちゃの甘煮 バナナ	ゆでうどん、〇米、油、砂糖、ごま油	豚肉	かぼちゃ、バナナ、キャベツ、もやし、ねぎ、だけのご、にんじん、にら、〇塩昆布	かつお昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩、中華だし	麦茶 麦茶 こんぶおにぎり	エネルギー 386 kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 7.1 g 食塩 2.3 g
5 19 (火)	トマトクリームパスタ カリフラワーのサラダ スープ	スパゲティ、〇バター、〇小麦粉、〇砂糖、油	〇牛乳、ベーコン、豆乳、〇卵、ツナ缶	ホールトマト缶、たまねぎ、カリフラワー、きゅうり、マッシュルーム、ほうれん草、トマトピューレ、にんじん、コーン缶、〇レモン	かつお昆布だし、ケチャップ、洋風だし、食塩、中濃ソース、しょうゆ、酢	牛乳 牛乳 代替→豆乳 マドレーヌ バター、卵除去 代替→プレーン蒸しパン	エネルギー 627 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 33.4 g 食塩 2.2 g
6 20 (水)	ごはん ぶりの竜田焼き 小松菜とささみの和え物 みそ汁 くだもの	米、〇ドッグパン、油、片栗粉、〇バター、〇パン粉	〇牛乳、さば、〇豚肉、鶏ささみ、味噌、油揚げ	かき、小松菜、白菜、きゅうり、〇きゅうり、にんじん、〇マッシュルーム、〇たまねぎ、ねぎ、生姜	煮干しだし汁、〇ケチャップ、しょうゆ、かつお昆布だし汁、みりん、食塩	牛乳 牛乳 代替→豆乳 スラッピージョー バター除去	エネルギー 582 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 22.7 g 食塩 2.5 g
7 21 (木)	きのこカレー バター除去 代替→米粉ルー キャベツとツナのサラダ くだもの	米、〇素麺、じゃがいも、小麦粉、油、バター、砂糖、〇ごま油	〇鶏肉、豚肉、ツナ缶	みかん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、しめじ、きゅうり、えりんぎ、〇ねぎ、りんご、にんにく、〇わかめ	〇かつお昆布だし、ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、食塩、酢、〇中華だし、洋風だし、しょうゆ	牛乳 麦茶 中華風にゅうめん ごま油除去	エネルギー 529 kcal たんぱく質 15.1 g 脂質 21.1 g 食塩 3.1 g
8 22 (金)	ロールパン ミートオムレツ 卵除去 代替→豆腐 ブロッコリーとコーンのサラダ スープ	ロールパン、〇さつまいも、〇油、〇砂糖	〇牛乳、卵、豚肉	ブロッコリー、たまねぎ、きゃべつ、にんじん、コーン缶、きゅうり、トマトピューレ、レモン汁、〇ごま	かつお昆布だし汁、ケチャップ、酢、しょうゆ、洋風だし、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 代替→豆乳 大学芋 ごま除去	エネルギー 471 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 21.5 g 食塩 1.9 g
9 30 (土)	照りマヨ丼 かまぼこもやしの和え物 みそ汁	米、〇天かす、砂糖、ノンエッグマヨ、片栗粉	鶏肉、豆腐、かまぼこ、味噌	きゃべつ、わかめ、もやし、ねぎ、にんじん、きゅうり、〇青のり、焼きのり	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒、食塩	麦茶 麦茶 天かすおにぎり	エネルギー 425 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 7.4 g 食塩 2.7 g
11 25 (月)	焼きうどん わかめとかにかまの酢の物 スープ くだもの	ゆでうどん、〇米、油、〇バター、砂糖	〇牛乳、豚肉、かにかまぼこ、〇鶏肉	りんご、たまねぎ、チンゲン菜、きゅうり、にんじん、きゃべつ、もやし、エリンギ、ピーマン、わかめ	かつお昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酢、酒、食塩、洋風だし、中華だし、	牛乳 牛乳 代替→豆乳 チキンピラフ バター除去	エネルギー 493 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 16.5 g 食塩 3.6 g
12 26 (火)	ごはん 鮭のみぞれかけ 豚肉入りきんぴら みそ汁	米、〇食パン、〇バター、〇砂糖、油	〇牛乳、さけ、豚肉、味噌	だいこん、れんこん、たまねぎ、こまつな、ごぼう、にんじん、いんげん	かつお昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	牛乳 牛乳 代替→豆乳 ココアトースト バター除去 代替→油	エネルギー 468 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 14.5 g 食塩 2.1 g
13 27 (水)	ロールパン クリームシチュー バター、牛乳、生クリーム除去 代替→豆乳 ほうれん草とベーコンのサラダ	ロールパン、じゃがいも、〇米、小麦粉、バター、砂糖、ノンエッグマヨ、油	牛乳、鶏肉、ベーコン、生クリーム、〇味噌	たまねぎ、ほうれん草、にんじん、しめじ	しょうゆ、食塩、洋風だし	牛乳 牛乳 代替→豆乳 五平もち	エネルギー 546 kcal たんぱく質 23.3 g 脂質 24.2 g 食塩 2.2 g
14 28 (木)	ごはん 肉豆腐 ちりめんキャベツ ごま除去 ごま油除去 代替→油 みそ汁	米、じゃがいも、〇白玉粉、油、砂糖、ごま油	〇牛乳、豆腐、豚肉、〇粉チーズ、みそ、じゃこ	はくさい、きゃべつ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、たくあん、ごま	かつお昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 代替→豆乳 ボンデケーキ 牛乳、粉チーズ除去 代替→豆乳	エネルギー 541 kcal たんぱく質 26.4 g 脂質 21.3 g 食塩 2.1 g
15 29 (金)	ごはん かじきのゆず味噌焼き 青菜ときこのお浸し けんちん汁	米、〇小麦粉、〇バター、砂糖	〇牛乳、かじき、鶏肉、豆腐、油揚げ、白みそ	〇りんご、こまつな、だいこん、にんじん、えのき、ねぎ、ゆず果皮	かつお昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒、食塩	牛乳 牛乳 代替→豆乳 アップル克蘭ブル バター除去 (克蘭ブル除去)	エネルギー 515 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 16.3 g 食塩 1.4 g

☆土曜は飲用牛乳の提供はございません
 ☆食食の果物は「りんご・バナナ・梨」などを予定しています。
 ☆乳児クラスは食食に牛乳を80ml飲みます。
 ☆行事や食材の都合により献立を変更する場合があります。
 ☆出来る限り国産で安全性の高い食材を使用しています。
 ☆給食サンプルの展示は土曜日は行っておりません。