



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) (○は午後おやつ)				昼食 (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	
2 16 (月)	スパゲティミラネーズ 白菜のフレンチサラダ ポテトクリームスープ 	スパゲティ、じゃがいも、 ○小麦粉、○バター、油、 ○砂糖	○牛乳、ベーコン、卵	はくさい、たまねぎ、にん じん、クリームコーン缶、 きゅうり、ピーマン、マッ シュルーム	酢、洋風だし、食塩	牛乳 (2日)チュロス・牛乳  (16日)そぼろおにぎり・麦茶	エネルギー 595 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 29.3 g 食塩 1.8 g
3 17 (火)	ごはん たらのみぞれ煮 いり鶏 みそ汁	○じゃがいも、米、さとい も、油、○小麦粉、砂糖、 ○バター、○パン粉	○牛乳、たら、○豚肉、鶏 肉、味噌	○たまねぎ、だいこん、れ んこん、にんじん、小松 菜、ごぼう、なめこ、さや えんどう、しょうが、○に んにく	かつお昆布だし、○ケ チャップ、しょうゆ、みり ん、○中濃ソース、酒、食 塩、○洋風だし、	牛乳 牛乳 シェパードパイ	エネルギー 513 kcal たんぱく質 24.2 g 脂質 18.9 g 食塩 2.8 g
4 18 (水)	ロールパン 白菜のクリーム煮 ブロッコリーとツナのサラダ	ロールパン、じゃがいも、 バター、小麦粉、○米、○ もち米、油	牛乳、鶏肉、ツナ缶、○豚 肉	はくさい、たまねぎ、ブ ロッコリー、にんじん、し めじ、○たけのこ水煮、○ 干しいたけ、○しょうが	酢、食塩、洋風だし、○ 酒、○しょうゆ	牛乳 麦茶 変わりちまき	エネルギー 564 kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 20.5 g 食塩 2.2 g
5 19 (木)	ごはん さばのみそ煮 小松菜ともやしのお浸し 太平汁	米、○小麦粉、油、○砂糖	○牛乳、さば、○卵、豆 腐、鶏肉、○練乳、味噌、 油揚げ	小松菜、もやし、にんじ ん、だいこん、ごぼう、し めじ、しょうが	かつお昆布だし、しょう ゆ、酒、みりん、食塩	牛乳 牛乳 コンデンスミルク蒸しパン	エネルギー 539 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 21.6 g 食塩 2.6 g
6 20 (金)	麻婆豆腐丼 きゅうりの中華サラダ スープ	米、○麩、○砂糖、はるさ め、片栗粉、○バター、こ ま油	○牛乳、豆腐、豚肉、ハ ム、味噌、赤味噌、	もやし、きゅうり、ねぎ 、にんじん、エリンギ、きく らげ、にんにく、しょうが	かつお昆布だし、しょう ゆ、酢、みりん、酒、食 塩、中華だし	牛乳 牛乳 お麩ラスク	エネルギー 508 kcal たんぱく質 22.9 g 脂質 20.9 g 食塩 2.2 g
7 21 (土)	味噌煮込みうどん さつまいもの甘煮 くだもの	ゆでうどん、さつまいも、 ○米、砂糖	鶏肉、味噌、油揚げ、ちく わ、○じゃこ、○かつお節	バナナ、はくさい、ねぎ 、にんじん	かつお昆布だし、みり ん、しょうゆ	麦茶 麦茶 じゃこおかかおにぎり	エネルギー 417 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 5.6 g 食塩 2.6 g
9 23 (月)	和風ピラフ ポテトサラダ スープ	米、○コッペパン、じゃが いも、油、ノンエッグマ ヨ、砂糖、バター	○牛乳、ハム、じゃこ、 ベーコン	はくさい、たまねぎ、にん じん、ピーマン、きゅう り、コーン缶	かつお昆布だし、洋風だ し、食塩、しょうゆ	牛乳 牛乳 揚げパン	エネルギー 481 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 18.2 g 食塩 2.8 g
10 24 (火)	ごはん 鮭の西京焼き キャベツのごま酢和え 清汁	米、○さつまいも、油、砂 糖	○牛乳、鮭、豚肉、○生ク リーム、○卵黄、白みそ、 油揚げ	きゃべつ、たまねぎ、ほう れんそう、にんじん、きゅ うり、ごま	かつお昆布だし、みりん、 食塩、しょうゆ、酢	牛乳 牛乳 スイートポテト	エネルギー 469 kcal たんぱく質 24.1 g 脂質 13.1 g 食塩 3.3 g
11 25 (水)	(11日)ロールパン (25日)クリスマスパン ベーコンとほうれん草のキッシュ 粉ふき芋 トマトスープ 牛乳	ロールパン、じゃがいも、 ○米、油、バター、砂糖	牛乳、卵、ウィンナー、○ 鶏肉、ベーコン、生クリー ム、チーズ	ホールトマト缶、たまね ぎ、キャベツ、ほうれんそ う、マッシュルーム、しょ うが	ケチャップ、○しょうゆ、 ○みりん、洋風だし、○ 酒、食塩、パセリ粉、	牛乳  (11日)そぼろおにぎり・麦茶 (25日)クリスマスケーキ 牛乳	エネルギー 593 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 28.1 g 食塩 2.5 g
12 26 (木)	大根カレー 花野菜サラダ くだもの	米、小麦粉、ノンエッグマ ヨ、バター、砂糖、	豚肉、ツナ缶、○油揚げ、 ○ヨーグルト	りんご、だいこん、たまね ぎ、にんじん、ブロッコ リー、カリフラワー、にん んにく	しょうゆ、ケチャップ、中 濃ソース、食塩、中華だ し、酢、カレー粉	牛乳 ヨーグルト クラッカー 麦茶	エネルギー 584 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 23.1 g 食塩 1.7 g
13 27 (金)	ごはん 豆腐の落とし揚げ ほうれん草のおかか和え 豚汁	米、○食パン、さといも、 油、○ノンエッグマヨ、小 麦粉、パン粉、砂糖、片栗 粉	○牛乳、豆腐、豚肉、鶏 肉、味噌、かつお節	ほうれんそう、にんじん、 ○コーン缶、だいこん、ね ぎ、ごぼう、しょうが	かつお昆布だし、しょう ゆ、酒、食塩、みりん	牛乳 牛乳 コーンマヨトースト	エネルギー 494 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 18.1 g 食塩 2.4 g
14 28 (土)	豚すき丼 みそ汁 くだもの	米、砂糖	豚肉、豆腐、味噌	バナナ、たまねぎ、わか め、ねぎ、しらたき、えの き	かつお昆布だし、しょう ゆ、酒	麦茶 麦茶 菜めしおにぎり	エネルギー 549 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 16.3 g 食塩 2.4 g

☆土曜は飲用牛乳の提供はございません  
 ☆昼食の果物は「りんご・バナナ」などを予定しています。  
 ☆乳児クラスは昼食に牛乳を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。