

令和7年2月 1歳児

予 定 献 立 表

日 曜	献立名	あか			みどり	栄養価	
		主食	おやつ	デザート			
1 土	五目うどん キャベツの酢の物 焼きさつま芋 ヨーグルト 麦茶	うめおかかおにぎり チーズ 麦茶	ふたにく まぐろ ヨーグルト かつおぶし あつあげ チーズ	うどん さとう こめ さつま芋	しいたけ にんじん ごねぎ ほうれんそう きゅうり キャベツ わかめ うめぼし	1献立 - 402kcal おひさま: 18.2g 脂質: 10.7g	おひさま: 218mg 食塩相当量: 1.8g
3 月	お楽しみ給食 節分 いわしの蒲焼き丼 ごぼう金棒 ココロ豆のサラダ 心のすまし汁 オレンジゼリー 麦茶	鬼まんじゅう 牛乳	いわし だいず きなこ かまぼこ きゅうにゅう	こめ さとう かたくりこ マヨドレ やきふき さつま芋 ちようごうゆ こむぎこ	にんじん やきのり ごぼう きゅうり コーン こまつな はねぎ みつば オレンジジュース かんてん	1献立 - 398kcal おひさま: 14.8g 脂質: 10.9g	おひさま: 148mg 食塩相当量: 1.1g
4 火	ごはん 豚肉と厚揚げトマト煮 大根とツナのサラダ ゆでブロッコリー 白菜の豆乳スープ ヨーグルト 麦茶	フライドポテト 牛乳	ふたにく あつあげ どうふ どうにゅう まぐろ きゅうにゅう ヨーグルト	こめ こめこ ちようごうゆ さとう かたくりこ じゃがいも どうにゅうマーガリン	たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー きゅうり しいたけ はくさい	1献立 - 402kcal おひさま: 17.2g 脂質: 14.3g	おひさま: 228mg 食塩相当量: 1.4g
5 水	コーンパン 鶏肉のマーメイド焼き もやしのカレーサラダ 粉ふき芋 キャベツと厚揚げのスープ バナナ 牛乳	鮭と刻み昆布のおにぎり 麦茶	とりにく あつあげ ちくわ きゅうにゅう さけ	コーンパン ちようごうゆ マーメイド こめ さとう こめこ じゃがいも	たまねぎ キャベツ もやし にんじん ビーマン バナナ ほうれんそう きざみこんぶ	1献立 - 398kcal おひさま: 17.4g 脂質: 10.4g	おひさま: 131mg 食塩相当量: 1.7g
6 木	ごはん 栄養ふりかけ チーズオムレツ ブロッコリーサラダ 白菜とベーコンのスープ フルーツヨーグルト和え 麦茶	ラスク 牛乳	たまご ベーコン だいず ヨーグルト きゅうにゅう チーズ だしふんにゅう しらすほし かつおぶし	こめ どうにゅうマーガリン ちようごうゆ さとう しょうばん グラニューどう じゃがいも	たまねぎ グリンピース ブロッコリー にんじん はくさい パインかん ももかん きゃべつ あおのり きざみこんぶ しめじ りんごかん	1献立 - 398kcal おひさま: 14.6g 脂質: 12.4g	おひさま: 164mg 食塩相当量: 1.5g
7 金	豚汁うどん さつま芋スティック ごぼうとひじきのマヨネーズサラダ チーズ みかん 麦茶	きびわかめおにぎり 麦茶	ふたにく あぶらあげ まぐろ むぎみそ チーズ	うどん さつま芋 ちようごうゆ マヨドレ さとう こめ きび	にんじん だいこん しめじ こまつな ごぼう ひじき みかん わかめ	1献立 - 401kcal おひさま: 13.7g 脂質: 11.2g	おひさま: 147mg 食塩相当量: 2.5g
8 土	ごはん フルコギ春雨 小松菜と厚揚げの和え物 わかめスープ ヨーグルト 麦茶	ツナそぼろごはん 小魚 麦茶	ふたにく あつあげ かつおぶし ちくわ ヨーグルト こさかな まぐろ	こめ さとう はるさめ ちようごうゆ	たまねぎ にんじん ビーマン こまつな もやし えのきたけ コーン わかめ	1献立 - 410kcal おひさま: 19.7g 脂質: 10.6g	おひさま: 228mg 食塩相当量: 1.0g
10 月	六穀ごはん 白身魚のから揚げ ゆでブロッコリー 切干大根の炒り煮 キャベツと厚揚げの味噌汁 カルピスゼリー 麦茶	かぼちゃのスコーン 牛乳	くらだいず カレイ あぶらあげ あつあげ むぎみそ どうふ にゅうさんきんりんにゅう	こめ げんまい おおむぎ かたくりこ ちようごうゆ こむぎこ さとう	きりほしだいこん ひじき しいたけ グリンピース こまつな きゃべつ ねぶたかき かんてん ブロッコリー かぼちゃ	1献立 - 408kcal おひさま: 16.1g 脂質: 13.4g	おひさま: 286mg 食塩相当量: 1.1g
12 水	テーパーロール ペンネミートソースグラタン 三色野菜のピクルス 刻み昆布のオニオンスープ バナナ 牛乳	鶏ごぼうご飯のおにぎり 麦茶	ふたひき きゅうにゅう ワインナー チーズ とりひき	こめ しるパン ちようごうゆ パンネ こめこ さとう オリブ油 どうにゅうマーガリン	たまねぎ にんじん だいこん きゅうり きざみこんぶ コーン レモン パセリ バナナ トマトかん ごぼう しょうが	1献立 - 356kcal おひさま: 12.6g 脂質: 12.3g	おひさま: 137mg 食塩相当量: 1.7g
13 木	あんかけ焼きそば ちくわのカレー焼き ひじきの中華サラダ チンゲン菜の中華スープ ヨーグルト 麦茶	塩昆布チーズおにぎり 牛乳	ふたにく かまぼこ どうふ ヨーグルト だいず きゅうにゅう ちくわ チーズ	ちゅうかめん さとう こめこ かたくりこ ちようごうゆ こめ	はくさい にんじん もやし しめじ ねぶたかき ひじき チンゲンサイ キャベツ コーン こまつな しおこんぶ	1献立 - 391kcal おひさま: 21.0g 脂質: 9.0g	おひさま: 264mg 食塩相当量: 2.0g
14 金	ごはん ウィンナー チキンクリームシチュー れんこんとひじきのマヨネーズ和え りんご 麦茶	ハレンタインコアケーキ 牛乳	とりにく きゅうにゅう ちくわ だしふんにゅう ウィンナー	こめ こめこ パター ちようごうゆ さとう じゃがいも マヨドレ クリーム チーズ ココア ふんどう いちごジャム	たまねぎ にんじん れんこん コーン ブロッコリー こまつな ひじき キャベツ りんご いちご コーンクリームかん	1献立 - 438kcal おひさま: 14.5g 脂質: 15.4g	おひさま: 187mg 食塩相当量: 1.2g
15 土	ごはん 豚肉のみそ炒め さつま芋サラダ 大根と油揚げのすまし汁 ヨーグルト 麦茶	青菜とベーコンの混ぜごはん 小魚 麦茶	ふたにく あぶらあげ ベーコン むぎみそ ヨーグルト こさかな	こめ さとう さつま芋 ちようごうゆ マヨドレ オリブ油	たまねぎ にんじん コーン きゅうり だいこん こまつな ほうれんそう エリンギ ビーマン	1献立 - 410kcal おひさま: 17.5g 脂質: 13.0g	おひさま: 208mg 食塩相当量: 1.5g
17 月	六穀ごはん さけのマヨコーン焼き 小松菜のお浸し 五目みそ汁 ぶどうゼリー 麦茶	きなこドーナツ 牛乳	さけ くらだいず ハルメサンチーズ あぶらあげ どうふ むぎみそ きゅうにゅう きなこ	こめ げんまい おおむぎ こむぎこ マヨドレ さとう ちようごうゆ こめこ	たまねぎ こまつな もやし にんじん ごぼう かぼちゃ しめじ ねぶたかき パセリ ぶどうジュース かんてん コーンクリームかん	1献立 - 398kcal おひさま: 18.5g 脂質: 13.8g	おひさま: 167mg 食塩相当量: 0.9g
18 火	ごはん 大豆と鶏肉の揚げ煮 キャベツとわかめのサラダ きのこのみそ汁 フルーツヨーグルト和え 麦茶	いももちみたらし 牛乳	だいず とりにく かまぼこ むぎみそ きゅうにゅう どうにゅう ヨーグルト	こめ かたくりこ ちようごうゆ さつま芋 さとう じゃがいも	しょうが にんじん しいたけ キャベツ わかめ レモン しめじ えのきたけ たまねぎ こまつな コーン りんごかん パインかん バナナ	1献立 - 395kcal おひさま: 14.5g 脂質: 13.8g	おひさま: 137mg 食塩相当量: 1.5g
19 水	照り焼きチキンサンド 粉ふき芋 人参サラダ マカロニ野菜スープ バナナ 牛乳	ひじきチャーハン 麦茶	とりにく チーズ まぐろ きゅうにゅう	コッパン マヨドレ さとう ちようごうゆ じゃがいも マカロニ こめ	キャベツ にんじん レーズン こまつな コーン たまねぎ バナナ ひじき しいたけ	1献立 - 411kcal おひさま: 16.9g 脂質: 13.5g	おひさま: 149mg 食塩相当量: 1.9g
20 木	ミートソーススパゲティ (バケツ付き) 彩り野菜のサラダ コンスープ りんご 麦茶	野菜ピラフ 牛乳	ふたひき ハルメサンチーズ きゅうにゅう	スパゲティ さとう フランスパン ちようごうゆ こめ こめこ パター クリーム	たまねぎ にんじん トマトかん キャベツ こまつな コーン コーンクリームかん りんご	1献立 - 405kcal おひさま: 14.0g 脂質: 10.3g	おひさま: 160mg 食塩相当量: 1.7g
21 金	パトナム風フォー パトナム風春巻 れんこんチップス 大根の甘酢漬け パインヨーグルト 麦茶	揚げバナナ 牛乳	とりにく ふたにく ヨーグルト きゅうにゅう どうにゅう	こめこめん はるまきのかわ ちようごうゆ こむぎこ かたくりこ はるさめ さとう	もやし だいこん だけのこ にんじん パインかん バナナ たまねぎ しょうが はねぎ レモン しいたけ れんこん	1献立 - 395kcal おひさま: 12.9g 脂質: 15.5g	おひさま: 109mg 食塩相当量: 1.2g
22 土	ごはん 鶏すきやき魚煮 ほうれん草ともやしの磯辺和え なめことかぶの味噌汁 ヨーグルト 麦茶	あおのり焼きコーンの おにぎり 小魚 麦茶	とりにく どうふ あぶらあげ むぎみそ ヨーグルト こさかな	こめ さとう かたくりこ やきふき	しいたけ にんじん はくさい ねぶたかき ほうれんそう もやし なめこ あおのり きざみのみ かぶ コーン	1献立 - 391kcal おひさま: 19.0g 脂質: 10.9g	おひさま: 223mg 食塩相当量: 1.0g
25 火	六穀ごはん さばの照焼 ゆでブロッコリー 田舎煮 大根のみそ汁 りんごゼリー 麦茶	バナナ蒸しパン 牛乳	さば だいず くらだいず あつあげ とりにく むぎみそ きゅうにゅう	こめ げんまい おおむぎ さとう こむぎこ	ブロッコリー れんこん にんじん だいこん まいだけ ほうれんそう しめじ りんごジュース かんてん バナナ レーズン はねぎ	1献立 - 398kcal おひさま: 16.9g 脂質: 10.4g	おひさま: 144mg 食塩相当量: 0.8g
26 水	テーパーロール 鶏肉と豆のトマト煮 スパゲティサラダ えのきたけとキャベツのスープ バナナ 牛乳	しらすチーズおにぎり 麦茶	とりにく だいず あつあげ きゅうにゅう チーズ しらすほし	しるパン じゃがいも フランスパン ちようごうゆ かたくりこ スパゲティ マヨドレ こめ	にんじん たまねぎ しめじ トマトかん キャベツ コーン えのきたけ バナナ あおのり	1献立 - 418kcal おひさま: 17.4g 脂質: 12.6g	おひさま: 162mg 食塩相当量: 2.0g
27 木	ごはん 豚のちゃんちゃん焼き風 かぼちゃの天ぷら 厚揚げとわかめのすまし汁 りんご 麦茶	ウィンナーとコーンのケーキ 牛乳	ふたにく むぎみそ あつあげ きゅうにゅう ういんナー だしふんにゅう	こめ ちようごうゆ さとう こめこ かたくりこ	にんじん キャベツ もやし かぼちゃ ねぶたかき りんご わかめ コーンクリームかん	1献立 - 404kcal おひさま: 15.3g 脂質: 15.4g	おひさま: 160mg 食塩相当量: 1.1g
28 金	ごはん ホークソテー じゃが芋のチーズ焼き キャベツと玉ねぎのスープ ヨーグルト 麦茶	シュガートースト 牛乳	ふたにく チーズ あつあげ ヨーグルト きゅうにゅう	こめ ちようごうゆ こめこのパンこ じゃがいも しょうパン グラニューどう どうにゅうマーガリン	りんご にんじん たまねぎ パセリ キャベツ コーン ブロッコリー	1献立 - 396kcal おひさま: 21.4g 脂質: 10.4g	おひさま: 222mg 食塩相当量: 1.1g

*基本的に献立に沿って食材を提供いたします。まだ食べたことのない食材は御家庭で様子を見て下さい。
*月に一回、お楽しみ給食があります。
*9時頃に朝のおやつと牛乳を提供いたします。(1・2歳児クラス)

