

日	曜	全 児		材料名	おやつ	
		主 食	副 食		10時(未満児)	3時(全児)
1	水	以…恵方巻 未…ご飯	鶏肉のオレンジ焼き ブロッコリーの胡麻マヨ和え 湯むきトマト、豆腐の味噌汁	鶏肉・もも、マーメイド、しょうゆ、本みりん、ブロッコリー、いりごま、マヨネーズ、トマト、木綿豆腐、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干、水	牛乳 バナナ	牛乳 ★丸ぼうろ
2	木	ご飯	カレー 野菜サラダ りんご	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、牛肉、脱脂乳、カレールウ、サラダ油、きゃべつ、きゅうり、ロースハム、和風ドレッシング、りんご	牛乳 クッキー	ミルク せんべい
3	金	ご飯	いわしの蒲焼 紅大根の酢物、納豆 じゃがいもの味噌汁	まいわし、かたくり粉、サラダ油、しょうゆ、本みりん、合成清酒、上白糖、赤大根、だいこん、酢、ごま、納豆、じゃがいも、たまねぎ、乾燥わかめ、こねぎ、麦みそ、煮干、まこんぶ	牛乳 りんご	牛乳 ★磯ビーンズ
4	土	ご飯	きつねうどん ひじきの炒め煮 キウイ	うどん、油揚げ、小坂、こねぎ、煮干、しょうゆ、食塩、本みりん、干しひじき、揚げかまぼこ、にんじん、豚肉、いんげんまめ、サラダ油、上白糖、キウイフルーツ	牛乳 ビスケット	牛乳 スナック
6	月	ご飯	鶏肉と大根の煮物 ブロッコリーの塩ゆで 納豆、えのきの味噌汁	鶏肉、だいこん、かつおだし、しょうゆ、上白糖、ブロッコリー、食塩、納豆、えのきたけ、たまねぎ、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干	牛乳 クラッカー	牛乳 ★ごま風味パン
7	火	ご飯	魚の磯辺揚げ 野菜のごま酢和え 豆腐の卵スープ、みかん	白身魚、食塩、薄力粉、あおのり、鶏卵、サラダ油、きゃべつ、きゅうり、にんじん、ごま、上白糖、酢、しょうゆ、木綿豆腐、たまねぎ、こねぎ、かつお節、水、みかん	牛乳 ウエハース	牛乳 ★さつま芋ケーキ
8	水	食パン	ポテトグラタン、湯むきトマト スティックきゅうり コンソメスープ	じゃがいも、鶏肉、ベーコン、マカロニ、たまねぎ、とうもろこし、ふなしめじ、サラダ油、脱脂乳、薄力粉、鳥がらだし、バター、食塩、パン粉、パルメザンチーズ、トマト、きゅうり、にんじん、コンソメ、パセリ、水	牛乳 りんご	お茶 ★おにぎり
9	木	ゆかりご はん	血うどん わかめ卵スープ いちご	血うどんめん、豚肉、むきえび、はんぺん、にんじん、もやし、きゃべつ、たまねぎ、とうもろこし、きくらげ、上白糖、中華だし、かたくり粉、水、サラダ油、食塩、カットわかめ、こねぎ、鶏卵、コンソメ、いちご	牛乳 ビスケット	ミルク ヨーグルト クッキー
10	金	ひじきご 飯	鶏の唐揚げ スパゲティサラダ、湯むきトマト 小松菜のスープ、バナナ	鶏肉、しょうが、上白糖、しょうゆ、かたくり粉、サラダ油、スパゲティ、ロースハム、きゅうり、とうもろこし、和風ドレッシング、トマト、たまねぎ、こまつな、油揚げ、こねぎ、鳥がらだし、食塩、ごま油、水、バナナ	牛乳 ウエハース	ミルク ロールちゃん
11	土	建 国 記 念 日				
13	月	ご飯	あんかけ丼 ツナと大豆のサラダ 厚揚げの味噌汁	たまねぎ、にんじん、緑豆はるさめ、豚肉、サラダ油、かつお・昆布だし、上白糖、しょうゆ、かたくり粉、シーチキン、きゅうり、だいず、ごま、マヨネーズ、厚揚げ、こねぎ、乾燥わかめ、麦みそ、煮干、水	牛乳 ウエハース	牛乳 ★中華まんじゅう
14	火	ご飯	白身魚のゆかり揚げ きゅうりとわかめの酢物 納豆、小松菜のスープ、バナナ	まだい、ゆかり、鶏卵、薄力粉、サラダ油、きゅうり、カットわかめ、すりごま、酢、上白糖、しょうゆ、納豆、たまねぎ、こまつな、油揚げ、こねぎ、鳥がらだし、食塩、ごま油、水、バナナ	牛乳 カステラ	牛 ★、ショコラプリン
15	水	ご飯	ポークカレー かみかみあえ りんご	じゃがいも、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、豚肉、脱脂乳、カレールウ、食塩、サラダ油、ロースハム、さきいか、だいこん、きゅうり、ごま、しょうゆ、ごま油、酢、上白糖、りんご	牛乳 バナナ	ミルク クッキー
16	木	バター ロール	和風ツナスパゲティ 湯むきトマト ちんげん菜の卵スープ、バナナ	スパゲティ、サラダ油、にんにく、シーチキン、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、合成清酒、しょうゆ、もみのり、トマト、チンゲンサイ、鳥がらだし、食塩、鶏卵、バナナ	牛乳 ビスケット	お茶 ★おにぎり
17	金	ご飯	鮭のつけ焼き ほうれん草ともやしのナムル 納豆、かぼちゃの味噌汁	鮭、しょうゆ、本みりん、ほうれんそう、もやし、にんじん、上白糖、ごま油、すりごま、納豆、かぼちゃ、たまねぎ、カットわかめ、こねぎ、煮干、まこんぶ、麦みそ	牛乳 キウイ	ミルク せんべい
18	土	ご飯	じゃが芋とベーコンの煮込み 豆腐の味噌汁 みかん	じゃがいも、ベーコン、豚肉、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、サラダ油、しょうゆ、上白糖、木綿豆腐、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干、水、みかん	牛乳 クラッカー	牛乳 スナック
20	月	ご飯	鶏肉の西京焼き 切り干し大根の胡麻酢和え 納豆、えのきと麩のスープ	鶏肉、米みそ、料理酒、本みりん、切り干しだいこん、きゅうり、油揚げ、赤ピーマン、いりごま、上白糖、酢、しょうゆ、納豆、えのきたけ、こねぎ、焼豆、食塩	牛乳 ビスケット	牛乳 ★にんじんブリッツ
21	火	ご飯	魚のフライ、大根サラダ 湯むきトマト わかめ卵スープ、バナナ	まだら、食塩、薄力粉、鶏卵、パン粉、サラダ油、だいこん、きゅうり、にんじん、とうもろこし、和風ドレッシング、トマト、カットわかめ、こねぎ、たまねぎ、コンソメ、水、バナナ	牛乳 クッキー	牛乳 ★メロンラスク
22	水	ご飯	栄養きんぴら ポイルウインナー、納豆 豆腐とえのきの味噌汁	豚肉、揚げかまぼこ、そぎごぼう、にんじん、さやいんげん、油揚げ、しらたき、サラダ油、上白糖、本みりん、しょうゆ、ウインナー、納豆、木綿豆腐、えのきたけ、カットわかめ、こねぎ、煮干、麦みそ	牛乳 キウイ	牛乳 ★チーズスカロップ
23	木	天 皇 誕 生 日				
24	金	ご飯	鮭の塩焼き ほうれんそうの白和え 納豆、すまし汁	鮭、食塩、しほり豆腐、ほうれんそう、にんじん、上白糖、ごま、米みそ、しょうゆ、納豆、乾しいたけ、こねぎ、焼豆、かつお節、水	牛乳 バナナ	ミルク ビスケット
25	土	ご飯	カレーうどん シャキシャキサラダ いちご	うどん、根深ねぎ、たまねぎ、にんじん、こねぎ、煮干、かたくり粉、カレールウ、しょうゆ、水、シーチキン、乾燥わかめ、もやし、レタス、きゅうり、上白糖、酢、サラダ油、いちご	牛乳 ビスケット	牛乳 スナック
27	月	ご飯	豆腐ハンバーグ ほうれんそう納豆 大根の味噌汁	木綿豆腐、干しひじき、豚肉、たまねぎ、鶏卵、サラダ油、パン粉、しょうゆ、食塩、かつおだし、上白糖、かたくり粉、ほうれんそう、納豆、しらす干し、だいこん、油揚げ、カットわかめ、こねぎ、麦みそ、煮干	牛乳 クラッカー	牛乳 ★人参ケーキ
28	火	ご飯	魚のタンドリー焼き ポテトサラダ コンソメスープ、キウイ	白身魚、プレーンヨーグルト、トマトケチャップ、カレー粉、塩、サラダ油、じゃがいも、きゅうり、にんじん、食塩、マヨネーズ、たまねぎ、コンソメ、パセリ、水、キウイフルーツ	牛乳 ウエハース	牛乳 ★納豆入り揚げぎょうざ

誕生会

食育の日

★手作りおやつ

給食日数	22 日			
平均栄養価	エネルギーKcal	たん白質g	脂肪g	食塩相当量g
3歳以上児	497.7	19.9	16.6	1.6
3歳未満児	441.4	17.1	14.8	1.3

※3歳以上児・3歳未満児：主食・副食・おやつ

令和5年2月

離乳食献立予定表

結宅保育園

日	曜	初期	中期	後期	日	曜	初期	中期	後期
1	水	おかゆ ブロッコリーのペースト トマトのペースト	おかゆ 豆腐、ブロッコリー、トマトの煮物 納豆 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、ブロッコリー、トマトの煮物 納豆 麩の味噌汁	15	水	おかゆ 大根のペースト じゃが芋のペースト	おかゆ ささみ、大根、人参の煮物 麩の味噌汁	軟飯 ささみ、大根、人参の煮物 麩の味噌汁 りんご
2	木	おかゆ キャベツのペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の煮物 キャベツの味噌汁	軟飯 ささみ、じゃが芋、人参の煮物 キャベツの味噌汁 りんご	16	木	おかゆ 人参のペースト トマトのペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、ほうれん草) さつま芋の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、ほうれん草) さつま芋の煮物 バナナ
3	金	おかゆ じゃが芋のペースト 大根のペースト	おかゆ 白身魚、大根、人参の煮物 納豆 じゃが芋の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル 大根、人参の煮物 納豆 じゃが芋の味噌汁	17	金	おかゆ ほうれん草のペースト 南瓜のペースト	おかゆ 白身魚、ほうれん草、人参の煮物 納豆 南瓜の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル ほうれん草、人参の和え物 納豆 南瓜の味噌汁
4	土	おかゆ 人参のペースト 南瓜のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) 南瓜の煮物 バナナ	18	土	おかゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の煮物 豆腐の味噌汁	軟飯 ささみ、じゃが芋、人参の煮物 豆腐の味噌汁 みかん
6	月	おかゆ 大福のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、大根、ブロッコリーの煮物 納豆 玉葱の味噌汁	軟飯 ささみ、大根、人参の煮物 納豆 玉葱の味噌汁	20	月	おかゆ さつま芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、さつま芋、ブロッコリーの煮物 納豆 麩のスープ	軟飯 ささみのソテー さつま芋、ブロッコリーの煮物 納豆 麩のスープ
7	火	おかゆ キャベツのペースト 人参のペースト	おかゆ 白身魚、キャベツ、人参の煮物 豆腐のスープ	軟飯 白身魚のムニエル キャベツ、人参の和え物 豆腐のスープ みかん	21	火	おかゆ トマトのペースト 人参のペースト	おかゆ 白身魚、大根、人参の煮物 玉葱のスープ	軟飯 白身魚のムニエル 大根、人参の煮物 玉葱のスープ バナナ
8	水	おかゆ じゃが芋のペースト トマトのペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、トマトの煮物 玉葱のスープ	軟飯 ささみ、じゃが芋、トマトの煮物 玉葱のスープ	22	水	おかゆ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ 豆腐、南瓜、ブロッコリーの煮物 納豆 玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐、南瓜、ブロッコリーの煮物 納豆 玉葱の味噌汁
9	木	おかゆ 南瓜のペースト キャベツのペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、キャベツ) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、キャベツ) 南瓜の煮物 いちご	23	木	天 皇 誕 生 日		
10	金	おかゆ トマトのペースト 人参のペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、人参の煮物 小松菜のスープ	軟飯 ささみのソテー 湯むきトマト 小松菜のスープ バナナ	24	金	おかゆ さつま芋のペースト ほうれん草のペースト	おかゆ 白身魚、人参、ほうれん草の煮物 納豆 さつま芋の味噌汁	軟飯 白身魚のムニエル ほうれん草、人参の和え物 納豆 さつま芋の味噌汁
11	土	建 国 記 念 日			25	土	おかゆ 南瓜のペースト 人参のペースト	おかゆ うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) 南瓜の煮物	軟飯 うどんの柔らかか煮(ささみ、人参) 南瓜の煮物 いちご
13	月	おかゆ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト	おかゆ ささみ、じゃが芋、ブロッコリーの煮物 豆腐の味噌汁	軟飯 ささみ、じゃが芋、ブロッコリーの煮物 豆腐の味噌汁	27	月	おかゆ ほうれん草のペースト さつま芋のペースト	おかゆ 豆腐、大根、ほうれん草の煮物 納豆 麩の味噌汁	軟飯 豆腐、大根、ほうれん草の煮物 納豆 麩の味噌汁
14	火	おかゆ さつま芋のペースト 人参のペースト	おかゆ 白身魚、人参、さつま芋の煮物 納豆 小松菜のスープ	軟飯 白身魚のムニエル さつま芋の煮物 納豆 小松菜のスープ	28	火	おかゆ ブロッコリーのペースト じゃが芋のペースト	おかゆ 白身魚、人参、ブロッコリーの煮物 じゃが芋のスープ	軟飯 白身魚のムニエル ブロッコリーの煮物 じゃが芋のスープ りんご