



日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
2月		10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏の味噌漬け焼き ＊いんげんのごま和え ひじき煮 すまし汁 ご飯	鶏肉・味噌 大豆・油揚げ	生姜 いんげん ひじき・人参・絹さや わかめ	砂糖 胡麻・砂糖 サラダ油・砂糖 焼麩 米	醤油・料理酒・みりん 醤油 醤油・天然だし 水・天然だし・塩・醤油
		3時	南瓜きな粉 麦茶	きな粉	南瓜	マーガリン・砂糖	麦茶・水
3火		10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	ハヤシライス きゃべつのサラダ オレンジゼリー	豚肉 きゃべつ・コーン	玉葱・マッシュルーム・グリーンピース きゃべつ・コーン	サラダ油・米 マヨドレ オレンジゼリーの素	ル対応ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・塩・水 水
		3時	恵方巻き 麦茶	かにかま・玉子・桜でんぶ	胡瓜・焼のり	米・砂糖	水・酢・塩 麦茶・水
4水		10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	さけの塩焼き ＊青梗菜のおかか和え 棒々鶏サラダ すまし汁 ご飯	さけ かつお節 鶏肉・味噌	青梗菜 もやし・人参 大根・豆苗	サラダ油 胡麻・胡麻油・砂糖 米	塩 醤油・天然だし 醤油・酢 水・天然だし・塩・醤油
		3時	ジャムクラッカーサンド 麦茶			クラッカー・いちごジャム	麦茶・水
5木		10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	豚肉と野菜の春雨炒め ブロッコリーの中華和え 味噌汁 ご飯	豚肉 油揚げ・味噌	もやし・人参 ブロッコリー・コーン	春雨・サラダ油・胡麻油・砂糖 砂糖・胡麻油 里芋 米	水・鶏がらスープ・醤油・オイスターソース 醤油・酢 水・天然だし
		3時	キャロット豆乳蒸しパン 牛乳	豆乳 牛乳	人参	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー
6金		10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	ひき肉と小松菜の玉子焼き 白和え 味噌汁 ゆかりご飯	玉子・鶏肉 豆腐 味噌	小松菜・玉葱・椎茸 えのき茸・人参・枝豆 もやし・青梗菜 ゆかり	サラダ油・砂糖・片栗粉 胡麻・砂糖 米	塩・天然だし・醤油・料理酒 塩・醤油 水・天然だし
		3時	クッキー 牛乳	玉子 牛乳		小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー・バニラエッセンス
7土		10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	豚丼 ゼリー 中華スープ	豚肉 豆腐	玉葱・人参・グリーンピース ほうれん草	砂糖・米 ゼリーの素 片栗粉	天然だし・料理酒・醤油・みりん 水 水・鶏がらスープ・塩・醤油
		3時	せんべい 麦茶			星たべよ	麦茶・水
9月		10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏の照りマヨ焼き ＊ほうれん草のおかか和え がんもと野菜の煮物 味噌汁 ご飯	鶏肉 かつお節 がんもどき 味噌	ほうれん草 人参・グリーンピース わかめ	マヨドレ 砂糖 じゃが芋 米	醤油・みりん 醤油 醤油・天然だし 水・天然だし
		3時	のり塩うフク 麦茶		青のり粉	焼麩・サラダ油	塩 麦茶・水
10火		10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	中華旨煮 ブロッコリーの磯和え 味噌汁 ご飯	豚肉・厚揚げ 味噌	もやし・人参・白菜 ブロッコリー・コーン・焼のり 青梗菜・玉葱	胡麻油・片栗粉・サラダ油 砂糖 米	塩・醤油・オイスターソース・鶏がらスープ・水 醤油 水・天然だし
		3時	トライフルケーキ 牛乳	玉子・牛乳・ホイップ 牛乳	みかん缶・黄桃缶	小麦粉・砂糖	ベーキングパウダー
12木		10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	鶏の照り焼き ＊青のり粉ふき芋 白菜の煮浸し 味噌汁 ご飯	鶏肉 油揚げ 味噌	青のり粉 白菜・人参 長葱	砂糖・サラダ油 じゃが芋 焼麩 米	醤油・みりん 塩 醤油・みりん・和風だし・天然だし 水・天然だし
		3時	南瓜のパウンドケーキ 牛乳	玉子・スキムミルク 牛乳	南瓜	小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー
13金		10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	肉うどん きゃべつの胡麻味噌和え グレープゼリー	豚肉 味噌	玉葱・人参・ほうれん草 きゃべつ・コーン	うどん・サラダ油・砂糖 胡麻・胡麻油・砂糖 ぶどうゼリーの素	水・天然だし・めんつゆ・醤油・みりん 醤油・酢 水
		3時	葉だいこんおにぎり 麦茶		大根の葉	米・胡麻油・胡麻	塩 麦茶・水
14土		10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	カオマンガイ風ライス ゼリー 野菜スープ	鶏肉	にんにく・生姜・きゃべつ・人参 白菜・玉葱	米・胡麻油・砂糖 ゼリーの素 胡麻油	醤油・料理酒・塩・みりん・酢 水 鶏がらスープ・醤油・塩・水
		3時	マリービスケット 麦茶			マリービスケット	麦茶・水

2月の献立表



日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
16	月	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏の塩こうじ焼き ＊青梗菜の中華和え 南瓜の煮つけ 味噌汁 ご飯	鶏肉 油揚げ・味噌	青梗菜・コーン 南瓜 小松菜	サラダ油 砂糖・胡麻油 砂糖 米	塩こうじ 醤油・酢 醤油・みりん・天然だし 水・天然だし
		3時	甘味噌おにぎり 麦茶	味噌		米・砂糖・胡麻	みりん 麦茶・水
17	火	10時	りんご		りんご		
		昼食	ポークカレーライス フレンチサラダ マスカットゼリー	豚肉	玉葱・人参・生姜・にんにく 白菜・人参・コーン・レモン	サラダ油・じゃが芋・米 サラダ油・砂糖 マスカットゼリーの素	カレー粉・乳対応カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース ・水 酢・塩 水
		3時	マカロニナポリタン 牛乳	ウインナー 牛乳	玉葱・ピーマン・にんにく	マカロニ・サラダ油・砂糖	ケチャップ・ウスターソース・コンソメ・塩
18	水	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	カレイの味噌煮 ＊絹さや 切干大根と蒸し鶏のサラダ すまし汁 ご飯	かれい・味噌 鶏肉 油揚げ	生姜 絹さや 切干大根・人参 玉葱	砂糖 マヨドレ・砂糖 米	醤油・みりん・水 醤油・塩 水・天然だし・塩・醤油
		3時	中華蒸しパン 麦茶	玉子・牛乳		小麦粉・砂糖・胡麻油・サラダ油	ベーキングパウダー・醤油 麦茶・水
19	木	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	鶏と大根の煮物 ほうれん草ともやしのナムル 味噌汁 ご飯	鶏肉 豆腐・味噌	大根・人参 ほうれん草・もやし・コーン わかめ	胡麻・胡麻油 米	天然だし・醤油・みりん・料理酒・塩 塩 水・天然だし
		3時	あんこサンド 牛乳	こしあん 牛乳		ロールパン	
20	金	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	厚揚げの甘辛炒め 白菜のゆかり和え 中華スープ ご飯	厚揚げ・豚肉	青梗菜・人参・玉葱・にんにく・生姜 人参・白菜・胡瓜・ゆかり コーン・玉葱	サラダ油・砂糖・胡麻 米	醤油・塩・料理酒 塩・醤油 水・鶏がらスープ・塩
		3時	スイートポテト 牛乳	スキムミルク・牛乳 牛乳		さつま芋・砂糖・マーガリン	バニラエッセンス
21	土	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏あんかけ丼 ポテトサラダ コンソメスープ	鶏肉	人参・玉葱・青梗菜 人参・コーン・グリーンピース 玉葱・人参	サラダ油・砂糖・片栗粉・胡麻油・米 じゃが芋・マヨドレ	塩・醤油・水・鶏がらスープ 塩 コンソメ・塩・水
		3時	せんべい 麦茶			星だばよ	麦茶・水
24	火	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	鶏のコーンフレーク焼き ＊ブロッコリー リボンマカロニサラダ トマトスープ コンソメライス	鶏肉 ローズハム	生姜・にんにく ブロッコリー 人参・コーン・グリーンピース 玉葱・水煮トマト パセリ	マヨドレ・コーンフレーク リボンマカロニ・マヨドレ じゃが芋 米・サラダ油	塩・料理酒 塩・コンソメ コンソメ ケチャップ・コンソメ・塩・水 コンソメ・塩
		3時	バナナケーキ 牛乳	玉子・牛乳 牛乳	バナナ	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー
25	水	10時	蒸しさつま芋			さつま芋	
		昼食	豚肉のたれ炒め 中華風サラダ 味噌汁 ご飯	豚肉 高野豆腐・味噌	玉葱・人参・ぶなしめじ・生姜・にんにく もやし・わかめ 大根	サラダ油 砂糖・胡麻油 米	みりん・醤油 酢・醤油 水・天然だし
		3時	豆乳スコーン 麦茶	豆乳		小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー・バニラエッセンス 麦茶・水
26	木	10時	大根煮		大根		和風だし
		昼食	スパニッシュオムレツ ＊小松菜のソテー さつま芋とひじきのサラダ コンソメスープ わかめご飯	玉子・豚肉 豆腐	人参・コーン・グリーンピース 小松菜・人参 ひじき・枝豆 玉葱 わかめ	じゃが芋・サラダ油 サラダ油 さつま芋・マヨドレ・砂糖 米	塩・ケチャップ コンソメ・塩 塩・和風だし コンソメ・醤油・塩・水
		3時	シュガーパイ 牛乳	牛乳		パイシート・グラニュー糖	
27	金	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	クリームシチュー コーンサラダ オレンジゼリー ロールパン	鶏肉・牛乳	人参・玉葱・ブロッコリー コーン・きゃべツ	じゃが芋・サラダ油 サラダ油・砂糖 オレンジゼリーの素 ロールパン	塩・乳対応シチューフレーク・水・コンソメ 酢・塩 水
		3時	ひじきおにぎり 麦茶		ひじき・人参	米	醤油・みりん・塩・和風だし 麦茶・水
28	土	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	ビビンバ丼 即席漬け 味噌汁	豚肉・玉子 油揚げ・味噌	ほうれん草・もやし・人参 大根・胡瓜	サラダ油・胡麻・砂糖・胡麻油・米 じゃが芋	焼肉のたれ・醤油・塩 塩・和風だし 水・天然だし
		3時	マリービスケット 麦茶			マリービスケット	麦茶・水

※都合より献立が変更になる場合がありますのでご了承ください
※27品目アレルギー不使用の食材には 乳対応 と表記しています



献立種類	栄養素	目標栄養価	平均栄養価
1～2歳児	エネルギー	460kcal	460kcal
	たんぱく質	15g	17.6g
3～5歳児	食塩	1.8g	1.8g
	エネルギー	540kcal	543kcal
	たんぱく質	17g	21.3g
	食塩	2g	2.2g

※目標栄養価は昼食とおやつの合算したものとなります