

# 献立予定表

<乳児食>

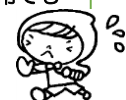
日 曜	献立				
	材 料 名				
	献立	黄	赤	緑	その他
	午前食				
	午後食	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 15 29 水	食パン	食パン			
	チキンナゲット	油、パン粉	鶏ひき肉、木綿豆腐、卵	たまねぎ、にんじん	ケチャップ、食塩
1 15 29 水	きのこのバターソテー		バター、ハム	にんじん、ピーマン、しめじ、えだまめ(むき)	しょうゆ
	かぼちゃポターージュ		調製豆乳	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、パセリ	コンソメ、食塩
1 15 29 水	焼きおにぎり	米、砂糖			しょうゆ
	中華風スープ	ごま油		たまねぎ、チンゲンサイ、しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
2 16 30 木	ごはん	米			
	魚の照り焼き	砂糖	魚	しょうが	しょうゆ
	小松菜のそぼろ炒め	油、砂糖	豚ひき肉	にんじん、こまつな、コーン缶	しょうゆ
	オクラとなすのみそ汁		みそ	なす、オクラ	かつお・昆布だし汁
2 16 30 木	さつまいものごまきなこ和え	さつまいも、砂糖、油			
	牛乳		牛乳		
3 17 金	ごはん	米			
	家常豆腐	油、砂糖	豚肉、木綿豆腐、みそ	にんじん、たまねぎ、ピーマン	しょうゆ
	粉ふきいも	じゃがいも	みそ	あおのり	食塩
3 17 金	キャベツとえのきのみそ汁			キャベツ、えのきたけ	かつお・昆布だし汁
	果物				
3 17 金	焼きそば	焼きそばめん、油	豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、あおのり	ウスターソース
	ヨーグルト		ヨーグルト		
4 18 土	三色どんぶり	米、砂糖、油	卵、鶏ひき肉	ほうれんそう	しょうゆ、食塩
	豆腐のサラダ	ごま油、砂糖	木綿豆腐、ごま	トマト	しょうゆ、酢
	さつまいものみそ汁	さつまいも	みそ	たまねぎ	かつお・昆布だし汁
4 18 土	果物				
	ジャムサンド	食パン		いちごジャム	
4 18 土	牛乳		牛乳		
6 月	ごはん	米			
	肉じゃが	じゃがいも、砂糖、しらす、油	豚肉	たまねぎ、にんじん、いんげん	しょうゆ
	納豆和え(しらす)		挽きわり納豆、しらす干し	ほうれんそう、にんじん	しょうゆ
	わかめとしめじのすまし汁			だいこん、しめじ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
6 月	果物				
	にんじんカップケーキ	ホットケーキ粉、砂糖	牛乳、卵、バター	にんじん	
6 月	するめ		するめ		
	牛乳		牛乳		
7 21 火	ごはん	米			
	ごぼう入り鶏つくね	片栗粉、砂糖	鶏ひき肉、充てん豆腐、卵	たまねぎ、ごぼう	しょうゆ
	かぼちゃサラダ	マヨネーズ	チーズ	かぼちゃ、きゅうり	
7 21 火	キャベツとトマトのスープ			トマト、キャベツ、たまねぎ	かつお・昆布だし汁、食塩
	果物				
7 21 火	手づくりパン	ホットケーキ粉、強力粉	牛乳、バター		ドライイースト
	野菜のポターージュ	じゃがいも	牛乳、バター	たまねぎ、にんじん、キャベツ	コンソメ、食塩

## 9月は防災月間です

万が一のためにご家庭に非常食があると安心です。家族みなさんが食べられる非常食や日常でも活用できる食材を多めにストックしておくといいでしょう。

24日(金)には、緊急時を想定し給食の一部に非常食を使用させていただきます。

・さつまいものレモン煮 ・ライスクッキー(いちご味)



# 献立予定表

## <乳児食>

日 曜	献立		材 料 名			
	午前食	黄	赤	緑		
	午後食	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	その他	
8 22 水	食パン	食パン				
	魚のトマトソース煮 スパゲティーソテー ポテトミルクスープ 果物	小麦粉、油、砂糖 スパゲティー、油 じゃがいも	魚  牛乳	ホールトマト缶詰、たまねぎ、コーン缶、こまつな  クリームコーン缶、たまねぎ、にんじん	ケチャップ、コンソメ、食塩 食塩、パセリ粉 コンソメ、食塩	
9 木	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き さつまいもの塩バター炒め まいたけと油揚げのみそ汁 果物	米 砂糖 さつまいも、砂糖	鶏もも肉、みそ、ごま バター 油揚げ、みそ		しょうゆ 食塩 かつお・昆布だし汁	
	冷やし中華 ヨーグルト	生中華めん、砂糖、ごま油	ハム ヨーグルト	きゅうり、コーン缶、カットわかめ	しょうゆ 食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢	
10 24 金	ごはん チンジャオロース風 ブロッコリーの海苔和え 豆腐とにらのスープ 果物	米 じゃがいも、油、砂糖、片栗粉	豚肉  絹ごし豆腐	ピーマン、にんじん ブロッコリー、焼きのり キャベツ、にら	しょうゆ、コンソメ しょうゆ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	
	二色おはぎ 牛乳	もち米、米、砂糖	黒ごま、きな粉 牛乳		食塩	
11 25 土	かしわうどん さつまいもの甘煮 果物	干しうどん、砂糖、片栗粉 さつまいも、砂糖	鶏もも肉、油揚げ	しいたけ、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
	おにぎり 豆腐とほうれん草のみそ汁	米	木綿豆腐、みそ	ほうれんそう	かつお・昆布だし汁	
13 27 月	ごはん 魚のマリネ 青菜とコーンの炒めもの 白菜とにんじんのみそ汁 果物	米 油、小麦粉、砂糖 油	魚  みそ	トマト、たまねぎ、ピーマン こまつな、しめじ、コーン缶 はくさい、にんじん、ねぎ	酢、食塩 食塩 かつお・昆布だし汁	
	フライドポテト 牛乳	じゃがいも、油	牛乳		食塩	
14 28 火	ビビンバ風ごはん 大根サラダ（レモン風味） キャベツのごまみそスープ 果物	米、砂糖、ごま油 フレンチドレッシング（手作り） ねりごま	豚ひき肉、ごま ハム みそ	もやし、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、しょうが だいこん、にんじん、レモン果汁 キャベツ、しいたけ、ねぎ	しょうゆ かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
	米粉きなこクッキー 野菜スープ	米粉、油、砂糖、片栗粉	きな粉、調製豆乳	トマト、ブロッコリー、キャベツ、たまねぎ	食塩 コンソメ、食塩	

◆給与栄養目標量 エネルギー 418kcal たんぱく質 16.7g 脂質 12.5g 食塩相当量 1.5g未満  
◇今月の平均栄養量 エネルギー 433kcal たんぱく質 15.1g 脂質 10.4g 食塩相当量 1.4g