

2023年2月

1.2歳児献立表

日	日	曜	昼食献立名	果物	10時おやつ	使用食材(※一部調味料は含まれません)			3時おやつ
						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	
1	15	水	肉みそうどん 野菜スープ(白菜・えのき・ウインナー) もやしとひじきのあえもの	バナナ	朝牛乳60 マンナウエハース	うどん、こめ、さとう、 きにく、ツナかん、ウイ ンナー、みそ	ぎゅうにゅう、ぶたひ きにく、ツナかん、ウイ ンナー、みそ	バナナ、たまねぎ、にんじん、はく さい、もやし、ピーマン、えのきた け、いんげん、ひじき、こんぶ、の り	牛乳100 昆布おにぎり
2	16	木	御飯 みそ汁(だいこん・油揚げ) 鮭のイタリアン焼き 野菜ソテー	りんご	朝牛乳60 お野菜せんべい	こめ、ホットケーキミッ クス、あぶら、さとう、 かたくりこ	ぎゅうにゅう、さけ、とうにゅう、 あん、みそ、あぶらあげ、チー ズ、ウインナー	りんご、ブロッコリー、だいこん、 キャベツ、たまねぎ、もやし、ピー マン、にんじん、パセリ	牛乳100 どら焼き
3		金	御飯 野菜スープ(玉ねぎ・もやし) 鬼さんハンバーグ のり塩ポテト	清見オレンジ	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、じゃがいも、しょ くパン、さとう、あぶ ら、パンこ、ごまあぶ ら	ぎゅうにゅう、ぶたひ きにく、バター、きなこ	たまねぎ、タンゴール、 にんじん、もやし、さやえ んどう、あおのり	牛乳100 ラスク・きな粉
4	18	土	チキンのバター醤油スパゲティ 野菜スープ(小松菜・玉ねぎ) さつま芋の甘煮	バナナ	朝牛乳60 ふんわりせんべい	スパゲティ、さつまい も、こめ、さとう	ぎゅうにゅう、鶏小 間、しらすぼし、ごま、 バター	たまねぎ、バナナ、こま つな、にんじん、ピーマ ン、のり	牛乳100 しらすおにぎり
5	19	日							
6	20	月	納豆ご飯 根菜汁 かれのいのみそ煮 ブロッコリーのごまあえ	りんご	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、マカロニ、さと う、あぶら	ぎゅうにゅう、かれい、なつと う、とうふ、きなこ、みそ、あぶ らあげ、ごま	りんご、ブロッコリー、に んじん、だいこん、ねぎ、 ごぼう、しょうが、あおのり	牛乳100 マカロニきな粉
7	21	火	御飯 すまし汁(わかめ・えのき) チンジャオロース(中国) ブロッコリーの黒ごまサラダ	清見オレンジ	朝牛乳60 お野菜せんべい	こめ、じゃがいも、クラッ カー、マヨネーズ、かたくりこ、あぶ ら、さとう、ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ヨーグル ト、ぶたにく、ツナか ん、ごま	タンゴール、ブロッコリー、にん じん、きゅうり、ピーマン、えのきた け、いちごジャム、パプリカ、わか め	牛乳100 ヨーグルト(ジャム添え) クラッカー
8	22	水	トマトスパゲティ 野菜スープ(小松菜・だいこん) かぼちゃの甘煮	バナナ	朝牛乳60 ミレービスケット	スパゲティ、さつまい も、さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、とりこ く、ごま	かぼちゃ、たまねぎ、バナナ、 ホールトマト、にんじん、こまつな、 だいこん、ピーマン	牛乳100 大学芋
9	★	木	御飯 みそ汁(はくさい・玉ねぎ) 鮭のタルタルソース焼き じゃが芋炒め	りんご	朝牛乳60 ふんわりせんべい	こめ、じゃがいも、ホッ トケーキミックス、マヨ ネーズ、さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、さけ、と うふ、とうにゅう、み そ、ウインナー、パ ター	りんご、ブロッコリー、はく さい、たまねぎ、にん じん、パプリカ、ピーマン	牛乳100 豆腐ホットケーキ
10	24	金	マーボー丼 みそ汁(小松菜・玉ねぎ) キャベツの昆布サラダ	清見オレンジ	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、しよくパン、ごま あぶら、さとう、かた くりこ	ぎゅうにゅう、とうふ、 ぶたひきにく、みそ、 チーズ、ウインナー	たまねぎ、キャベツ、タンゴール、 こまつな、にんじん、コーン、ピー マン、しおこんぶ、しょうが	牛乳100 ピザトースト
★	25	土	豚丼 みそ汁(豆腐・えのき) ほうれん草のごま和え	バナナ	朝牛乳60 お野菜せんべい	こめ、グラニューとう、 ふ、さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、ぶたに く、とうふ、みそ、パ ター、ごま	ほうれん草、バナナ、み かん、たまねぎ、もやし、 にんじん、えのきたけ	牛乳100 麩のシュガークッキー みかん缶
12	26	日							
13	27	月	とうもろこし御飯 みそ汁(だいこん・油揚げ) 白身魚のフライ さつまいもとひじきの煮物	りんご	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、さつまいも、マ カロニ、あぶら、パン こ、こむぎこ、さとう	ぎゅうにゅう、たら、ウ インナー、あぶらあ げ、みそ	りんご、ブロッコリー、だ いこん、たまねぎ、コー ン、にんじん、ひじき	牛乳100 スープヌードル
14	28	火	中華丼 中華スープ(豆腐・ねぎ・わかめ) かぼちゃのサラダ	清見オレンジ	朝牛乳60 ふんわりせんべい	こめ、じゃがいも、マヨ ネーズ、あぶら、かた くりこ、ごまあぶら、さ とう	ぎゅうにゅう、ぶたに く、とうふ	かぼちゃ、タンゴール、はくさい、 にんじん、たけのこ、きゅうり、ね ぎ、わかめ、しょうが	牛乳100 フライドポテト
17		金	カレーライス 野菜スープ(大根・えのき) もやしの中華風和え物	清見オレンジ	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、しよくパン、じゃがいも、 カレーウ、マヨネーズ、さと う、ごまあぶら、あぶら	ぎゅうにゅう、ぶたに く、しらすぼし、チー ズ	たまねぎ、タンゴール、もやし、に んじん、だいこん、こまつな、えの きたけ、あおのり	牛乳100 じゃこトースト
お誕生日献立			タコライス 野菜スープ(小松菜・もやし) ポテトサラダ	バナナ	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、じゃがいも、ク レープ(いちご)、マヨ ネーズ、あぶら	ぎゅうにゅう、ぶたひ きにく、チーズ、ツナ かん	たまねぎ、バナナ、タンゴール、こ まつな、きゅうり、キャベツ、もや し、にんじん、コーン	牛乳100 クレープ(いちご) 清見オレンジ
							エ ネ ル ギ ー 496 kcal		
1か月の平均栄養量 (1.2歳児・おやつを含む)							たんばく質 20.9 g		
							脂 質 16.0 g		
							塩 分 1.2 g		

※2月3日は節分行事食となります。17日の献立は14日・28日の下の段に記載させていただいております。
●今月の世界の料理&郷土料理は中華料理の「チンジャオロース」です！中華の定番として日本でも親しみのある味をお子様
風にアレンジして提供いたします！7日・21日のお給食で登場します！！お楽しみに★
※事前に食事状況調査票にて確認を実施しておりますが、万が一ご自宅で摂取した事の無い食材がございましたらスタッフまで
お申し付け下さい。