

日	曜	献立	材 料	午後おやつ	補食
4	18	土	ふりかけご飯 鶏肉のガーリック煮 ツナサラダ/みかん缶 味噌汁	※お菓子 果物 牛乳	ジャムサンド (※お菓子)
6	20	月	豚肉の胡麻煮 煮豆/カリフラワー おまし汁	みかん蒸しパン 果物 牛乳	チーズサンド
7	21	火	味噌ラーメン 蓮根サラダ ヨーグルト	7. 七草粥 21. コーンフレークボール 果物 牛乳	ふりかけおにぎり
8	22	水	ごま塩ご飯 おでん キャベツとじゃこの酢和え 野菜ジュース	チーズケーキ 果物 牛乳	サンドイッチ
9	23	木	食パン(ジャム) クリームシチュー もやしと胡瓜のサラダ コーンのソテー	しらすおにぎり 果物 牛乳	ラスク
10	24	金	塩昆布の炊き込みご飯 たらの野菜あんかけ 南瓜の甘煮/スティック胡瓜(味噌) 味噌汁	セサミトースト(食パン) 果物 牛乳	クラッカーサンド
11		土	ふりかけご飯 鶏肉のうき煮 胡瓜の酢の物/パイン缶 味噌汁	※お菓子 果物 牛乳	ジャムサンド (※お菓子)
25	土		サンドイッチ 鶏肉の照り焼き みかん きのこスープ		
27	月		豚肉の生姜焼き ごぼうの金平/いんげん(塩味) 味噌汁	人参ケーキ 果物 牛乳	青のりラスク
14	28	火	鶏南蛮 味噌ドレサラダ うずらのカレー煮	ふりかけおにぎり 果物 牛乳	きな粉トースト
15	29	水	カジキの地中海ソテー(新メニュー) 胡瓜とひじきのサラダ/プチトマト わかめスープ	フレンチトースト 果物 牛乳	ツナおにぎり
16	30	木	豆腐ハンバーグ 胡瓜のおかか和え スキージ(新潟県郷土料理)	16. マカロニきな粉 30. マカロニみだらしあん 果物 牛乳	ふかし芋
17		金	ドライカレー キャベツとりんごのサラダ 青のりポテト 洋風スープ	お誕生日ケーキ 牛乳	ジャムサンド
31		金	三色ご飯(0~2歳)手巻きご飯(3~5歳) いわしの蒲焼き ポテトサラダ おまし汁	亀まんじゅう 節分豆(3~5歳) 果物 牛乳	

17日(金)お誕生日会 24日(金)お料理体験(5歳) 25日(土)乳児発表会(0~2歳)(サンドイッチ、みかん、ブリック牛乳持ち帰り) 31日(金)節分集会

♪朝おやつは1歳のみです。果物とおせんべいなどができます。  
 ♪果物はキウイ・りんご・いちご・みかんです。  
 ♪材料の都合により、多少の変更があります。  
 ♪食材をよくご確認の上、ご不明な点がございましたら栄養士までご相談下さい。  
 ♪※は市販品です。



1・2歳予定  
 エネルギー:557kcal  
 たんぱく質:18.8g

3・4・5歳予定  
 エネルギー:627kcal  
 たんぱく質:23.5g