

日	曜	1・2歳午前おやつ		昼食	3時おやつ	栄養価(幼児)	
						エネルギー 脂質	タンパク質
2	月	牛乳	菓子	ごはん 鮭の塩焼き おかかあえ かみなり汁	飲むヨーグルト リッツ 果物	628 Kcal 16 g	21.1 g
3	火	牛乳	菓子	米粉ロールパン ハンバーグ カラフル炒め キャベツのスープ	おかかおにぎり かぶときゅうりの浅漬け	563 Kcal 20.3 g	21.1 g
4	水	キャロットジュース	菓子	かしわうどん さつま芋の甘煮 ミントマト	牛乳 揚げパンココア	540 Kcal 15.6 g	19.6 g
5	木	牛乳	菓子	ごはん ミルクカレー コーンサラダ	牛乳 フランクフルト	533 Kcal 21.4 g	29.0 g
6	金	牛乳	菓子	ごはん 生揚げとキャベツのみそ炒め スティックきゅうり すまし汁	牛乳 ホットケーキ	592 Kcal 18.4 g	24.1 g
7	土	牛乳	菓子	五目ごはん みそ汁 果物	牛乳 お楽しみパン	542 Kcal 18.3 g	23.1 g
9	月	牛乳	菓子	ごはん マーボー豆腐 塩ゆでブロッコリー すまし汁	牛乳 スパゲッティナポリタン	624 Kcal 20.1 g	26.8 g
10	火	牛乳	菓子	ごはん 豚肉の生姜焼き もやしの香りあえ みそ汁	牛乳 ジャムサンド	572 Kcal 14 g	24.4 g
11	水	りんごジュース	チーズ	ごはん 白身魚の照り焼き ごまあえ かぶのスープ	牛乳 マカロニきなこ	556 Kcal 13.4 g	26.7 g
12	木	牛乳	菓子	米粉ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ	春のかおりおにぎり たくあん	614 Kcal 20.1 g	21.4 g
13	金	飲むヨーグルト		ごはん 肉じゃが きゅうりとかぶの浅漬け みそ汁	牛乳 ミートサンド	599 Kcal 15.5 g	24.3 g
14	土	牛乳	菓子	カレーうどん 果物	牛乳 お楽しみパン	492 Kcal 15.9 g	19.9 g
16	月	牛乳	菓子	ごはん 鮭の塩焼き おかかあえ かみなり汁	牛乳 プリン	628 Kcal 16 g	21.1 g
17	火	牛乳	菓子	米粉ロールパン ハンバーグ カラフル炒め キャベツのスープ	おかかおにぎり かぶときゅうりの浅漬け	563 Kcal 20.3 g	21.1 g
18	水	キャロットジュース	菓子	【お誕生日会】 ピラフ 鶏唐揚げ 塩ゆでブロッコリー ミントマト すまし汁 果物	牛乳 ヨーグルトあえ ほしたべよ	556 Kcal 24.3 g	20.1 g
19	木	牛乳	菓子	ごはん ミルクカレー コーンサラダ	牛乳 フランクフルト	533 Kcal 21.4 g	29.0 g
20	金	牛乳	菓子	ごはん 生揚げとキャベツのみそ炒め スティックきゅうり すまし汁	牛乳 ホットケーキ	592 Kcal 18.4 g	24.1 g
21	土	牛乳	菓子	五目ごはん みそ汁 果物	牛乳 お楽しみパン	542 Kcal 18.3 g	23.1 g
23	月	牛乳	菓子	ごはん マーボー豆腐 塩ゆでブロッコリー すまし汁	牛乳 スパゲッティナポリタン	624 Kcal 20.1 g	26.8 g
24	火	牛乳	菓子	ごはん 豚肉の生姜焼き もやしの香りあえ みそ汁	牛乳 ジャムサンド	572 Kcal 14 g	24.4 g
25	水	りんごジュース	チーズ	ごはん 白身魚の照り焼き ごまあえ かぶのスープ	牛乳 マカロニきなこ	556 Kcal 13.4 g	26.7 g
26	木	牛乳	菓子	米粉ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ	春のかおりおにぎり たくあん	614 Kcal 20.1 g	21.4 g
27	金	飲むヨーグルト		ごはん 肉じゃが きゅうりとかぶの浅漬け みそ汁	牛乳 ミートサンド	599 Kcal 15.5 g	24.3 g
28	土	牛乳	菓子	カレーうどん 果物	牛乳 お楽しみパン	492 Kcal 15.9 g	19.9 g

新しく保育園に入園したおともだち、保育園の生活に慣れて、元気いっぱいにご過ごしてください。新しい生活に慣れるのは、大変なことです。給食でも、今まで食べたことの無い献立が出たりすると思いますが、少しずつ慣れていきましょう。



保育園の給食について

- ・ 献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
- ・ 0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
- ・ 2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
- ・ 食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
- ・ 煮干や昆布などでだしをとっています。
- ・ 冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
- ・ カレーやシチューのルーも手作りで。
- ・ 子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など)

子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。



日	曜	午前おやつ	昼食	3時おやつ
2	月	牛乳 菓子	軟飯 鮭の塩焼き おかかあえ 根菜汁	豆腐ぞうすい 鮭のミルクスープ 果物 飲むヨーグルト
3	火	牛乳 菓子	米粉ロールパン ハンバーグ カラフル炒め キャベツのスープ	おかかおにぎり かぶときゅうりの浅漬け 豆腐と野菜のスープ
4	水	キャロットジュース 菓子	わかめうどん さつま芋の甘煮 ミニトマト	牛乳 ポテトミルクソープ 鶏肉と野菜のスープ
5	木	牛乳 菓子	軟飯 野菜のクリーム煮 コーンサラダ	牛乳 野菜ぞうすい ポテトスープ フランクフルト
6	金	牛乳 菓子	軟飯 豆腐とキャベツのみそ炒め スティックきゅうり すまし汁	牛乳 ホットケーキ 豚肉と野菜のスープ
7	土	牛乳 菓子	鶏ごはん みそ汁 果物	牛乳 鶏肉と人参の煮物 すまし汁
9	月	牛乳 菓子	軟飯 豆腐のそぼろ煮 塩ゆでブロッコリー すまし汁	牛乳 スパゲッティナポリタン 豆腐と野菜のスープ
10	火	牛乳 菓子	軟飯 豚肉のみそ焼き もやしの香りあえ みそ汁	牛乳 ジャムサンド ミルクスープ
11	水	りんごジュース 菓子	軟飯 白身魚の照り焼き ごまあえ かぶのスープ	牛乳 マカロニきなこ 白身魚と野菜のスープ
12	木	牛乳 菓子	米粉ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ	ゆかりごはん 鶏肉と野菜のスープ
13	金	飲むヨーグルト	軟飯 肉じゃが きゅうりとかぶの浅漬け みそ汁	牛乳 ミートサンド かぶのミルクスープ
14	土	牛乳 菓子	野菜うどん 果物	牛乳 軟飯 豚肉と玉ねぎの炒め物 すまし汁
16	月	牛乳 菓子	軟飯 鮭の塩焼き おかかあえ 根菜汁	牛乳 豆腐ぞうすい 鮭のミルクスープ
17	火	牛乳 菓子	米粉ロールパン ハンバーグ カラフル炒め キャベツのスープ	おかかおにぎり かぶときゅうりの浅漬け 豆腐と野菜のスープ
18	水	キャロットジュース 菓子	【お誕生日会】 ピラフ 鶏唐揚げ 塩ゆでブロッコリー ミニトマト すまし汁 果物	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁 ヨーグルト和え
19	木	牛乳 菓子	軟飯 野菜のクリーム煮 コーンサラダ	牛乳 野菜ぞうすい ポテトスープ フランクフルト
20	金	牛乳 菓子	軟飯 豆腐とキャベツのみそ炒め スティックきゅうり すまし汁	牛乳 ホットケーキ 豚肉と野菜のスープ
21	土	牛乳 菓子	鶏ごはん みそ汁 果物	牛乳 鶏肉と人参の煮物 すまし汁
23	月	牛乳 菓子	軟飯 豆腐のそぼろ煮 塩ゆでブロッコリー すまし汁	牛乳 スパゲッティナポリタン 豆腐と野菜のスープ
24	火	牛乳 菓子	軟飯 豚肉のみそ焼き もやしの香りあえ みそ汁	牛乳 ジャムサンド ミルクスープ
25	水	りんごジュース 菓子	軟飯 白身魚の照り焼き ごまあえ かぶのスープ	牛乳 マカロニきなこ 白身魚と野菜のスープ
26	木	牛乳 菓子	米粉ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ	ゆかりごはん 鶏肉と野菜のスープ
27	金	飲むヨーグルト	軟飯 肉じゃが きゅうりとかぶの浅漬け みそ汁	牛乳 ミートサンド かぶのミルクスープ
28	土	牛乳 菓子	野菜うどん 果物	牛乳 軟飯 豚肉と玉ねぎの炒め物 すまし汁

新しく保育園に入園したおともだち、保育園の生活に慣れて、元気いっぱいにご過ごしてください。新しい生活に慣れるのは、大変なことです。給食でも、今まで食べたことの無い献立が出たりすると思いますが、少しずつ慣れていきましょう。



保育園の給食について

- ・ 献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
- ・ 0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
- ・ 2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
- ・ 食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
- ・ 煮干や昆布などでだしをとっています。
- ・ 冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
- ・ カレーやシチューのルーも手作りで。
- ・ 子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など)

子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。



平成30年 献立表(9~11か月頃)

日	曜	午前食	午後食
2	月	全がゆ 鮭のおろし人参煮 おかかあえ 根菜汁 ミルク	豆腐ぞうすい 鮭のミルクスープ 果物 ミルク
3	火	米粉ロールパン牛乳浸し ハンバーグくずし煮 ほうれん草と人参のソテイ キャベツのスープ ミルク	おかかがゆ 豆腐と野菜のスープ ミルク
4	水	わかめうどん さつま芋の甘煮 ミニトマト ミルク	ポテトミルクリゾット 鶏肉と野菜のスープ ミルク
5	木	全がゆ 野菜のクリーム煮 ドレッシング和え ミルク	野菜ぞうすい ポテトスープ ミルク
6	金	全がゆ 豆腐とキャベツの炒め煮 スティックきゅうり すまし汁 ミルク	ホットケーキ牛乳浸し 豚肉と野菜のスープ ミルク
7	土	鶏がゆ みそ汁 果物 ミルク	鶏肉と人参の煮物 すまし汁 果物 ミルク
9	月	全がゆ 豆腐のそぼろ煮 塩ゆでブロッコリー すまし汁 ミルク	ミートスパゲッティ 豆腐と野菜のスープ ミルク
10	火	全がゆ 豚肉のみそ煮 青菜と人参の煮びたし みそ汁 ミルク	食パン牛乳浸し ミルクスープ ミルク
11	水	全がゆ 白身魚の照り焼き キャベツの煮物 かぶのスープ ミルク	きなこがゆ 白身魚と野菜のスープ ミルク
12	木	米粉ロールパン牛乳浸し クリームシチュー フレンチサラダ ミルク	全がゆ 鶏肉と野菜のスープ ミルク
13	金	全がゆ 肉じゃが かぶの柔らかか煮 みそ汁 ミルク	食パンの牛乳浸し かぶのミルクスープ ミルク
14	土	野菜うどん 果物 ミルク	全がゆ 豚肉と玉ねぎの炒め煮 すまし汁 ミルク
16	月	全がゆ 鮭のおろし人参煮 おかかあえ 根菜汁 ミルク	豆腐ぞうすい 鮭のミルクスープ ミルク
17	火	米粉ロールパン牛乳浸し ハンバーグくずし煮 ほうれん草と人参のソテイ キャベツのスープ ミルク	おかかがゆ 豆腐と野菜のスープ ミルク
18	水	【お誕生日会】 キャロットリゾット 鶏肉と野菜のトマト煮 すまし汁 果物 ミルク	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁 ヨーグルト和え ミルク
19	木	全がゆ 野菜のクリーム煮 ドレッシング和え ミルク	野菜ぞうすい ポテトスープ ミルク
20	金	全がゆ 豆腐とキャベツの炒め煮 スティックきゅうり すまし汁 ミルク	ホットケーキ牛乳浸し 豚肉と野菜のスープ ミルク
21	土	鶏がゆ みそ汁 果物 ミルク	鶏肉と人参の煮物 すまし汁 果物 ミルク
23	月	全がゆ 豆腐のそぼろ煮 塩ゆでブロッコリー すまし汁 ミルク	ミートスパゲッティ 豆腐と野菜のスープ ミルク
24	火	全がゆ 豚肉のみそ煮 青菜と人参の煮びたし みそ汁 ミルク	食パン牛乳浸し ミルクスープ ミルク
25	水	全がゆ 白身魚の照り焼き キャベツの煮物 かぶのスープ ミルク	きなこがゆ 白身魚と野菜のスープ ミルク
26	木	米粉ロールパン牛乳浸し クリームシチュー フレンチサラダ ミルク	全がゆ 鶏肉と野菜のスープ ミルク
27	金	全がゆ 肉じゃが かぶの柔らかか煮 みそ汁 ミルク	食パンの牛乳浸し かぶのミルクスープ ミルク
28	土	野菜うどん 果物 ミルク	全がゆ 豚肉と玉ねぎの炒め煮 すまし汁 ミルク

新しく保育園に入園したおともだち、保育園の生活に慣れて、元気いっぱいにご過ごしてください。新しい生活に慣れるのは、大変なことです。給食でも、今まで食べたことの無い献立が出たりすると思いますが、少しずつ慣れていきましょう。



保育園の給食について

- ・ 献立は1か月に2度くり返しになっています。1か月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子ども達の反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
- ・ 0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
- ・ 2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
- ・ 食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
- ・ 煮干や昆布などでだしをとっています。
- ・ 冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
- ・ カレーやシチューのルーも手作りで。
- ・ 子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、めん類など)

子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年も安全でおいしい給食を作っていきます。

