



2月幼児食予定献立表



若葉保育園・第二若葉保育園

担当栄養士 島山

日曜日	献立名	調味料	味付基準	材 料 名			おやつ	延長保育おやつ
				活動のもとになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
15日 火	ご飯 けんちん汁 ぶりのごま味噌焼き 切り昆布の煮物 果物	だし汁 醤油 味噌 みりん 砂糖 醤油 みりん	1 3 2	米 白すりごま	鶏肉 豆腐 ぶり さつま揚げ	大根 人参 ごぼう しめじ 葱 切り昆布 人参 干椎茸 印元 いちご	スキムミルク 牛乳 南瓜の チーズケーキ	クッキー
16日 水	ハヤシライス スープ オムレツ ブロッコリー添え ヨーグルトサラダ	ハヤシルー コンソメ 醤油 塩	3 1 1	米	牛肉 卵 牛乳 ヨーグルト	玉葱 マッシュルーム グリーンピース キャベツ 人参 葱 人参 玉葱 ピーマン ブロッコリー みかん缶 桃缶 パイン缶 バナナ	スキムミルク 牛乳 ココアクッキー	ゼリー せんべい
18日 金	ご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ 大根のサワー漬	だし汁 味噌 醤油 みりん 醤油 砂糖	1 3 2	米 じゃが芋 片栗粉 油	油揚げ 豆腐 鶏挽肉 かつお節	人参 葱 わかめ しめじ えのき 椎茸 三つ葉 大根 人参 胡瓜 レモン	スキムミルク 牛乳 チーズ ワッフル	ラスク
21日 月	クロワッサン 卵スープ ミートボールのトマト煮込み ミックスベジタブル 果物	コンソメ 醤油 トマトピューレ コンソメ 塩	1 3 2	パン パン粉 じゃが芋 バター	卵 合挽肉 粉チーズ	玉葱 小松菜 玉葱 カットトマト パセリ にんにく 人参 コーン グリンピース いよかん	スキムミルク お茶 焼きそば	ヨーグルト ビスケット
22日 火	ご飯 味噌汁 厚揚げと小松菜の麻婆炒め マカロニサラダ	だし汁 味噌 醤油 みりん ごま油 マヨネーズ	1 3 2	米 切り麩 片栗粉 マカロニ	厚揚げ 豚挽肉 ツナ	わかめ 葱 小松菜 人参 葱 生姜 にんにく 人参 キャベツ 胡瓜 コーン	スキムミルク 牛乳 アップル ポテト	せんべい
24日 水	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ トマト添え ブロッコリーのおかか和え	だし汁 味噌 醤油 みりん だし汁 醤油	1 3 2	米 片栗粉 油	油揚げ 鶏肉 かまぼこ かつお節	白菜 人参 葱 にんにく 生姜 トマト ブロッコリー 人参	スキムミルク 牛乳 ブリオッシュ クリームパン	バナナ
25日 木	ご飯 清汁 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草のナムル 果物	だし汁 醤油 味噌 みりん 醤油 砂糖 酢 ごま油	1 3 2	米 白すりごま	豆腐 鮭 ハム	えのき 葱 人参 キャベツ 玉葱 ピーマン ほうれん草 もやし 人参 りんご	スキムミルク 牛乳 人参 マドレーヌ	クッキー
28日 月	バターロール クリームシチュー タンドリーチキン ブロッコリー添え 野菜サラダ 果物	コンソメ 塩 ケチャップ カレー粉 醤油 砂糖 酢 油	1 3 2	パン じゃが芋 小麦粉 バター	ベーコン 牛乳 生クリーム 鶏肉 ヨーグルト ツナ	人参 玉葱 グリンピース にんにく 生姜 ブロッコリー キャベツ 人参 胡瓜 コーン みかん	スキムミルク お茶 じゃこおにぎり	プリン ビスケット
26日 土	五目うどん 肉じゃが バナナ	だし汁 醤油 醤油 砂糖	2 2	うどん じゃが芋	鶏肉 かまぼこ 卵 豚肉	人参 ほうれん草 葱 人参 玉葱 グリンピース バナナ	スキムミルク ヨーグルト クッキー	せんべい
12日 土	カレーうどん 高野豆腐の卵とじ 果物	カレールー 醤油 みりん	3 2	うどん	豚肉 高野豆腐 卵 鶏挽肉	人参 玉葱 しめじ 人参 干椎茸 グリンピース バナナ	スキムミルク 牛乳 クリームパン	クッキー
3日 木	大豆の炊き込みご飯 清汁 カジキの竜田揚げ ブロッコリー添え ほうれん草とキャベツのお浸し 果物	醤油 みりん だし汁 醤油 醤油 みりん だし汁 醤油	1 1 3 2	米 白玉麩 片栗粉 油	大豆 油揚げ カジキ かまぼこ かつお節	人参 ごぼう ひじき 絹さや 三つ葉 干椎茸 生姜 ブロッコリー ほうれん草 キャベツ 人参 でこぼん	スキムミルク 牛乳 鬼蒸しパン	ビスケット
17日 木	えびピラフ スープ ヒレカツ トマト添え ポテトサラダ 果物	コンソメ 塩 コンソメ 醤油 ソース マヨネーズ	1 1 2 2	米 バター 春雨 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋	えび 豚肉 卵 ハム	人参 玉葱 マッシュルーム パセリ 人参 玉葱 えのき トマト 人参 胡瓜 いちご	スキムミルク お茶 椿餅	せんべい

	3歳以上児目標量	今月の摂取量	3歳未満児目標量	今月の摂取量
エネルギー	590Kcal	594 Kcal	500Kcal	532 Kcal
たんぱく質	22 g	23 g	20 g	23 g
脂 質	16 g	21 g	13 g	18 g
塩 分	1.6 g	2.1 g	1.5 g	1.9 g

【 味付基準 】
1：薄味 2：適度 3：濃いめの味

*午前のおやつはひまわり組以下です。
*給食展示 1日・3日・17日

2月離乳完了期予定献立表 (1歳～1歳6か月頃 離乳食から幼児食へ無理なく移行するための献立表です)

若葉保育園・第二若葉保育園

担当栄養士 島山

日曜日	日曜日	献立名	調味料	味付基準	材 料 名			おやつ	延長保育おやつ
					活動のもとになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
1	15	ごはん けんちん汁 ぶりの味噌焼き 切り昆布の煮物 果物	だし汁 醤油 味噌 みりん 砂糖 醤油 みりん	1 3 2	米	鶏肉 豆腐 ぶり	大根 人参 ごぼう しめじ 葱 切り昆布 人参 干椎茸 印元 いちご	ミルク 南瓜の チーズケーキ	クッキー
2	16	ハヤシライス スープ オムレツ ブロッコリー添え ヨーグルトサラダ	ハヤシルー コンソメ 醤油 塩	3 1 1	米	牛肉 卵 牛乳 ヨーグルト	玉葱 マッシュルーム グリーンピース キャベツ 人参 葱 人参 玉葱 ピーマン ブロッコリー みかん缶 桃缶 パイン缶 バナナ	ミルク ココアクッキー	ゼリー せんべい
4	18	ごはん 味噌汁 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ 大根のサワー漬け	だし汁 味噌 醤油 みりん 醤油 砂糖	1 3 2	米 じゃが芋 片栗粉 油	油揚げ 豆腐 鶏挽肉 かつお節	人参 葱 わかめ しめじ えのき 椎茸 三つ葉 大根 人参 胡瓜 レモン	ミルク チーズ ワッフル	ラスク
7	21	ジャムサンド 卵スープ ミートボールのトマト煮込み ミックスベジタブル 果物	コンソメ 醤油 トマトピューレ コンソメ 塩	1 3 2	パン パン粉 じゃが芋 バター	卵 合挽肉 粉チーズ	いちごジャム 玉葱 小松菜 玉葱 カットトマト パセリ にんにく 人参 コーン グリンピース いよかん	ミルク お茶 焼きそば	ヨーグルト ビスケット
8	22	ごはん 味噌汁 厚揚げと小松菜の麻婆炒め マカロニサラダ	だし汁 味噌 醤油 みりん ごま油 マヨネーズ	1 3 2	米 切り麩 片栗粉 マカロニ	厚揚げ 豚挽肉 ツナ	わかめ 葱 小松菜 人参 葱 生姜 にんにく 人参 キャベツ 胡瓜 コーン	ミルク アップル ポテト	せんべい
9	24	ごはん 味噌汁 鶏肉の唐揚げ トマト添え ブロッコリーのおかか和え	だし汁 味噌 醤油 みりん だし汁 醤油	1 3 2	米 片栗粉 油	油揚げ 鶏肉 かつお節	白菜 人参 葱 にんにく 生姜 トマト ブロッコリー 人参	ミルク クリームサンド	バナナ
10	25	ごはん 清汁 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草のナムル 果物	だし汁 醤油 味噌 みりん 醤油 砂糖 酢 ごま油	1 3 2	米	豆腐 鮭 ハム	えのき 葱 人参 キャベツ 玉葱 ピーマン ほうれん草 もやし 人参 りんご	ミルク 人参 マドレーヌ	クッキー
14	28	ジャムサンド クリームシチュー タンドリーチキン ブロッコリー添え 野菜サラダ 果物	コンソメ 塩 ケチャップ カレー粉 醤油 砂糖 酢 油	1 3 2	パン じゃが芋 小麦粉 バター	ベーコン 牛乳 生クリーム 鶏肉 ツナ	いちごジャム 人参 玉葱 グリンピース にんにく 生姜 ブロッコリー キャベツ 人参 胡瓜 コーン みかん	ミルク お茶 じゃこおにぎり	プリン ビスケット
5	26	煮込みうどん 肉じゃが バナナ	だし汁 醤油 醤油 砂糖	2 2	うどん じゃが芋	鶏肉 卵 豚肉	人参 ほうれん草 葱 人参 玉葱 グリンピース バナナ	ミルク ヨーグルト クッキー	せんべい
12		カレーうどん 高野豆腐の卵とじ 果物	カレールー 醤油 みりん	3 2	うどん	豚肉 高野豆腐 卵 鶏挽肉	人参 玉葱 しめじ 人参 干椎茸 グリンピース バナナ	ミルク ジャムサンド	クッキー
3	豆まき会	大豆の炊き込みご飯 清汁 カジキの竜田揚げ ブロッコリー添え ほうれん草とキャベツのお浸し 果物	醤油 みりん だし汁 醤油 醤油 みりん だし汁 醤油	1 1 3 2	米 白玉麩 片栗粉 油	大豆 油揚げ カジキ かつお節	人参 ごぼう ひじき 絹さや 三つ葉 干椎茸 生姜 ブロッコリー ほうれん草 キャベツ 人参 でこぼん	ミルク 鬼蒸しパン	ビスケット
17	お誕生会	ピラフ スープ ヒレカツ トマト添え ポテトサラダ 果物	コンソメ 塩 コンソメ 醤油 ソース マヨネーズ	1 1 2 2	米 バター 春雨 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋	豚肉 卵 ハム	人参 玉葱 マッシュルーム パセリ 人参 玉葱 えのき トマト 人参 胡瓜 いちご	ミルク お茶 椿餅	せんべい

	3歳未満児目標量	今月の摂取量
エネルギー	500Kcal	532 Kcal
たんぱく質	20 g	23 g
脂 質	13 g	18 g
塩 分	1.5 g	1.9 g

【 味付基準 】
1：薄味 2：適度 3：濃いめの味
【 留意点 】野菜は食べやすく切る。

*給食展示 1日・3日・17日

