

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日								
	*エネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。 *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。			1	2	3								
昼食	<みかんぐみ> 15日のおやつは、黒糖トーストを食べます。 <みかん・めろんぐみ> 13日のおやつは、ソーセージを食べます。 			ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、春雨の炒めもの、すまし汁	巻き寿司・焼きうるめ、大根とひき肉のあんかけ、みそ汁	ごはん、肉じゃが、みそ汁、バナナ								
午後				牛乳、フライドポテト	牛乳、あんこケーキ	牛乳、クラッカークリームサンド								
	5	6	7	8	9	10								
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、切干大根煮、すまし汁	あんかけうどん、もやしと豆苗の和え物、はるみみかん	キャロットロール、ベーコンときのこのコンソメスープ、さつまいもサラダ、パイナップル	ごはん、さわらのおろし煮、五色和え、みそ汁	牛丼、すまし汁、デコボン	ごはん、回鍋肉、スープ、バナナ								
午後	牛乳、ジャムサンド	牛乳、きなこクッキー	牛乳、しそわかめおにぎり	牛乳、マドレーヌ	牛乳、じゃがいものポンデケーキ	牛乳、菓子								
	12	13	14	15	16	17								
昼食	振替休日	ごはん、赤魚の照り焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁	ハヤシライス、スープ、清見オレンジ	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、五目豆、すまし汁	ロールパン、鶏肉のポトフ、和風マカロニサラダ、バナナ	豚丼、みそ汁、はるみみかん								
午後		牛乳、フランクフルト	牛乳、ココアケーキ	牛乳、黒糖ココロラスク	牛乳、鮭菜おにぎり	牛乳、シリアル								
	19	20	21	22	23	24								
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、煮浸し、すまし汁	ホワイトロール、ひじきたっぷり鶏肉のハンバーグ、もやしとにらの和え物、スープ	ちゃんぽん麺、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ	ごはん、ホキのお好み焼き風、高野豆腐の含め煮、みそ汁	天皇誕生日	ごはん、牛肉と大根煮、みそ汁、デコボン								
午後	牛乳、ざくざくクッキー	牛乳、梅おにぎり	牛乳、ウインナー蒸しケーキ	牛乳、シュガートースト		牛乳、菓子、ウエハース								
	26	27	28	29	 <table border="1" data-bbox="1727 1412 2374 1490"> <tr> <td>1か月の平均栄養量</td> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td></td> <td>547kcal</td> <td>22.5g</td> <td>18.5g</td> </tr> </table>		1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質		547kcal	22.5g	18.5g
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質											
	547kcal	22.5g	18.5g											
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、ナムル、みそ汁	きのこベーコンの和風パスタ、スープ、バナナ	ロールパン、カレースープ、ココロサラダ、みかん	ごはん、鮭の照り焼き、じゃがいものそぼろ煮、すまし汁										
午後	牛乳、白あんクリームサンド	牛乳、かぼちゃのフラン	お茶、ツナマヨおにぎり	牛乳、クッキー										

湊こども園

2024年2月分の献立表（0歳児12ヶ月頃～18ヶ月頃・1歳児）

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。 *0歳児の離乳食(9～11ヶ月頃)は別に作成しています。 <さくらんぼぐみ> 24日のおやつは、菓子のみを食べます。				1	2	3
昼食				ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、春雨の炒めもの、すまし汁	三色ごはん、大根とひき肉のあんかけ、みそ汁	ごはん、肉じゃが、みそ汁、バナナ	
午後				牛乳、フライドポテト	牛乳、あんこケーキ	牛乳、クラッカークリームサンド	
	5	6	7	8	9	10	
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、切干大根煮、すまし汁	あんかけうどん、もやしと豆苗の和え物、はるみみかん	キャロットロール、ベーコンときのこのコンソメスープ、さつまいもサラダ、パイナップル	ごはん、ホキのおろし煮、五色和え、みそ汁	牛丼、すまし汁、デコボン	ごはん、回鍋肉、スープ、バナナ	
午後	牛乳、ジャムサンド	牛乳、きなこクッキー	牛乳、しそわかめおにぎり	牛乳、マドレーヌ	牛乳、じゃがいものポンデケーキ	牛乳、菓子	
	12	13	14	15	16	17	
昼食	振替休日	ごはん、赤魚の照り焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁	ハヤシライス、スープ、清見オレンジ	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、五目煮、すまし汁	ロールパン、鶏肉のポトフ、和風マカロニサラダ、バナナ	豚丼、みそ汁、はるみみかん	
午後		牛乳、ソーセージ	牛乳、ココアケーキ	牛乳、黒糖トースト	牛乳、鮭菜おにぎり	牛乳、シリアル	
	19	20	21	22	23	24	
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、煮浸し、すまし汁	ホワイトロール、ひじきたっぷり鶏肉のハンバーグ、もやしとにらの和え物、スープ	ちゃんぽん麺、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ	ごはん、ホキのお好み焼き風、高野豆腐の含め煮、みそ汁	天皇誕生日	ごはん、牛肉と大根煮、みそ汁、デコボン	
午後	牛乳、クッキー	牛乳、梅おにぎり	牛乳、ウインナー蒸しケーキ	牛乳、シュガートースト		牛乳、菓子、ウエハース	
	26	27	28	29			
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、ナムル、みそ汁	きのこベーコンの和風パスタ、スープ、バナナ	ロールパン、野菜スープ、コロコロサラダ、みかん	ごはん、鮭の照り焼き、じゃがいものそぼろ煮、すまし汁			
午後	牛乳、白あんクリームサンド	牛乳、かぼちゃのフラン	お茶、のりおにぎり	牛乳、クッキー			

栄養士：山中理緒