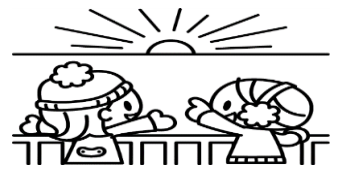




令和元年度



# 1月の献立表



(離乳食期・12~18ヵ月食)

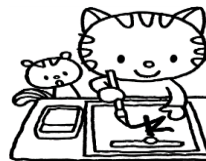
ミッキー保育園(小規模園)

日	曜	午前のおやつ (1、2歳児)	主食	昼食献立名	午後のおやつ
1	水			休園	
2	木			休園	
3	金			休園	
6	月	せんべい 牛乳	野菜にゆうめん	フライビーンズ みかん缶 飲むヨーグルト	チョコスコーン 牛乳
7	火	飲むヨーグルト	ごはん又は軟飯	鶏のから揚げ さっぱりマカロニサラダ コンソメスープ オレンジ	七草がゆ りんごジュース
8	水	クッキー 牛乳	ごはん又は軟飯	ミートオムレツ ひじきの五目煮 白菜のスープ	せんべい りんご 牛乳
9	木	りんごジュース	お雑煮	かぼちゃのきな粉がけ みかん 飲むヨーグルト	フレンチトースト 牛乳
10	金	牛乳	ごはん又は軟飯	たらの野菜あんかけ チンゲン菜の和え物 田舎汁	マカロニきな粉 牛乳
14	火	クッキー 麦茶	ごはん又は軟飯	ふくさ焼き 切干大根の煮物 なめこのみそ汁	ミルクかりんとう 牛乳
15	水	牛乳	ごはん又は軟飯	カレー風味肉じゃが まくろくろすけサラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ	きな粉ミルクラスク 牛乳
16	木	牛乳	ごはん又は軟飯	たらのトマトソース ブロッコリーのさっぱり和え 春雨スープ	フルーツゼリー せんべい 牛乳
17	金	せんべい 牛乳	ポークカレー	ツナサラダ りんごゼリー 牛乳	豆乳バナナケーキ 牛乳
20	月	せんべい 牛乳	ごはん又は軟飯	豆腐のふわふわオムレツ 春雨サラダ 白菜のみそ汁	フライドポテト 牛乳
21	火	クッキー 牛乳	ごはん又は軟飯	チーズハンバーグ もやしのさっぱり和え 厚揚げのみそ汁	フルーツヨーグルト
22	水	せんべい 麦茶	ごはん又は軟飯	鮭のチーマヨ焼き だいこんのそぼろ煮 かきたまスープ グレープフルーツ	ココアトースト 牛乳
23	木	牛乳	ごはん又は軟飯	さつまいもの天ぷら みかん 麦茶	ホームパイ りんご 牛乳
24	金	せんべい 牛乳	黒糖パン	ポークビーンズ ブロッコリーと春雨のソテー オレンジ	鮭と根菜のごはん 牛乳
27	月	せんべい 牛乳	ごはん又は軟飯	松風焼き すき昆布の煮物 だいこんのすまし汁	海鮮豆乳チャウダー
28	火	牛乳	ごはん又は軟飯	さばの南蛮づけ キャベツのおかか和え 玉ねぎのみそ汁 パナナ	ミートソース(パンネ) 牛乳
29	水	クッキー 牛乳	ジャムサンド	野菜たっぷり豆乳スープ フレンチサラダ みかん缶	ひじきごはん 牛乳
30	木	りんごジュース	ごはん又は軟飯	カラフルマーボー豆腐 ブロッコリーの中華和え 春雨スープ	チョコチップクッキー 牛乳
31	金	牛乳	ごはん又は軟飯	さわらのねぎみそ焼き 小松菜のおかか炒め 白菜のすまし汁 オレンジ	せんべい パナナ 牛乳

※お願い! 給食準備の都合上、9:00までに欠席・遅刻の連絡を入れてください。

※人数、材料等により、メニューが変更になる場合がありますのでご了承下さい。

※月、火、水、金は手作りおやつです。お誕生日会は9日(木)です。



	未満児 栄養給与量
エネルギー(kcal)	500 (488)
タンパク質(g)	19.1 (190)
脂質(g)	14.4 (15.0)
食塩相当量(g)	1.4

※( )は保育園目標値  
栄養給与量は普通食の栄養量です。