



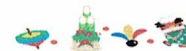
# 予定献立表・幼児食



曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土	
日		4	5	6	7	8	日	24	25	26	27	28	29	
昼食		ごはん 鶏肉の刈-マト煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	ごはん 豆腐のカレー煮 かっけの-マトソース すまし汁 フルーツ	ごはん 白身魚の野菜あんかけ さつま芋サラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん 豚とポトの甘辛炒め 白菜の胡麻和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 大根と鶏肉の照り煮 ほうれん草ナムル 味噌汁 フルーツ	昼食	ごはん 白身魚のうま煮 じゃが芋甘辛炒め 味噌汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 ほうれん草ナムル 味噌汁 フルーツ	ごはん 油淋鶏 マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ	若芽ごはん 白身魚の味噌だれ さつま芋サラダ すまし汁 フルーツ	野菜あんかけうどん 南瓜の煮物 きゃべつのお浸し フルーツ	ごはん 豆腐の肉みそかけ だいこんサラダ スープ フルーツ	
主要食材		米・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ クレーム・コンスターチ パセリ粉・ほうれん草・味噌・フルーツ	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・片栗粉 かっけ・小ねぎ・胡瓜・胡麻・コーン パセリ粉・ほうれん草・味噌・フルーツ	米・ほっけ・玉ねぎ・人参・いんげん 片栗粉・さつま芋・胡瓜・マヨネーズ 味噌・フルーツ	米・豚肉・しょうが汁・じゃが芋 玉ねぎ・人参・ピーマン・白菜・胡瓜 片栗粉・いんげん・もやし・ほうれん草 ごま・味噌・フルーツ	米・大根・人参・鶏肉・玉ねぎ・ごま油 片栗粉・いんげん・もやし・ほうれん草 ごま・味噌・フルーツ	主要食材	米・かかれい・大根・しょうが汁・人参 じゃが芋・いんげん・味噌・フルーツ	米・豆腐・豚肉・玉ねぎ・いんげん もやし・ほうれん草・人参・ごま ごま油・味噌・フルーツ	米・鶏肉・片栗粉・長ねぎ・ごま油 しょうが汁・トマト・胡麻・マカロニ 人参・コーン・胡瓜・パセリ粉・味噌・フルーツ	米・若芽・ほっけ・味噌・トマト ブロックリー・さつま芋・胡瓜 ほうれん草・片栗粉・南瓜・きゃべつ フルーツ	うどん・鶏肉・人参・大根・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・南瓜・きゃべつ フルーツ	米・豆腐・鶏肉・長ねぎ・人参 いんげん・味噌・大根・胡瓜・コーン 酢・フルーツ	
おやつ		マカロニボリタン 牛乳	ゼリー 牛乳	そぼろおにぎり 牛乳	みかんヨーグルト 牛乳	ツナおにぎり 牛乳	おやつ	きんぴらおにぎり 牛乳	みかんヨーグルト 牛乳	キャロットケーキ 牛乳	そぼろおにぎり 牛乳	さげ炒飯 牛乳	ゼリー 牛乳	
主要食材		マカロニ・ツナ缶・人参・玉ねぎ ケチャップ・ウスターソース・パセリ粉	ゼリー	米・鶏肉・人参	フルーツ・ヨーグルト	米・ツナ缶・人参	主要食材	米・ごぼう・人参	フルーツ・ヨーグルト	ホットケーキミックス・豆乳 人参	米・鶏肉・人参	米・さげ・フレーク・人参・玉ねぎ 小ねぎ	ゼリー	
栄養価		1人分 - 475.0 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 9.0 g	1人分 - 495.0 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 12.4 g	1人分 - 539.0 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 10.6 g	1人分 - 477.0 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 15.0 g	1人分 - 477.0 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 6.0 g	栄養価	1人分 - 472.0 kcal 蛋白質 15.2 g 脂質 6.5 g	1人分 - 510.0 kcal 蛋白質 23.7 g 脂質 13.1 g	1人分 - 525.0 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 14.0 g	1人分 - 512.0 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 10.4 g	1人分 - 525.0 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 10.2 g	1人分 - 466.0 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 11.0 g	
日	10	11	12	13	14	15	日	31						
昼食		ごはん 白身魚の豆乳みそ煮 マカロニサラダ すまし汁 フルーツ	鶏やさいうどん さつま芋の煮物 きゃべつのお浸し フルーツ	<b>お楽しみ給食</b> 	ごはん 白身魚の蒲焼 高野豆腐の煮物 味噌汁 フルーツ	中華丼 南瓜の煮物 味噌汁 フルーツ	昼食	ごはん 鶏肉のごま味噌焼 じゃがコーン炒め すまし汁 フルーツ	<p><b>新年あけましておめでとうございます</b></p> <p>新たな一年が始まりました。子どもたちの元気な声と、キラキラ輝く笑顔がクラスに広がります。ところで、寒い季節にぴったりの食べ物の一つに、鍋物があります。鍋物は、身体が温まり、野菜類をたっぷり食べることができる優れた日本の食文化です。また、家族と一緒に食べることでよりおいしく感じることができます。バランスの良い食事を食べることで、寒い冬を元気に過ごしたいものです。</p> <p>新しい年を迎え、気持ちも新たに最後の学期が始まりました。今年も子どもたちの健康を考えながら、おいしく・楽しく食べられる給食を作っていきますので、よろしくお願いたします。また、みなさまにとってよりよい年になりますようお願いいたします。</p>					
主要食材		米・ほっけ・しょうが汁・味噌・鶏肉 人参・いんげん・胡瓜・ツナ缶 ほうれん草・片栗粉・さつま芋 きゃべつ・フルーツ	うどん・鶏肉・人参・大根・玉ねぎ ほうれん草・片栗粉・さつま芋 きゃべつ・フルーツ	米・豆腐・大根・しらす・高野・生薬汁・片栗粉 小豆粉・トマト・胡麻・じゃが芋 人参・パセリ粉・かっけ・味噌・フルーツ いんげん・味噌・フルーツ	米・かかれい・片栗粉・しょうが汁 じゃが芋・高野豆腐・人参・玉ねぎ いんげん・味噌・フルーツ	米・豚肉・白菜・玉ねぎ・しめじ・人参 小ねぎ・片栗粉・南瓜・味噌・フルーツ	主要食材	米・鶏肉・ごま・味噌・トマト・胡麻 じゃが芋・玉ねぎ・コーン・パセリ粉 フルーツ						
おやつ		フルーツゼリー 牛乳	焼もちおにぎり 牛乳	りんごパンケーキ 牛乳	和風子キンピラフ 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	おやつ	豆乳ジャムケーキ 牛乳						
主要食材		アガー・オレンジジュース・フルーツ	米・コーン	ホットケーキミックス・豆乳・りんご	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・小ねぎ	米・若芽	主要食材	ホットケーキミックス・豆乳 いちごジャム						
栄養価		1人分 - 479.0 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 11.0 g	1人分 - 494.0 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 9.5 g	1人分 - 526.0 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 15.0 g	1人分 - 504.0 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 9.0 g	1人分 - 486.0 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 8.9 g	栄養価	1人分 - 489.0 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 12.7 g						
日	17	18	19	20	21	22	<p><b>ノロウイルスについて</b></p> <p>《どうやって感染する？どんな症状？》 ごく少量でも口から体の中に入ることによって感染します。感染してから1日～2日で下痢、吐き気、腹痛などの症状が出ます。通常は2～3日で治りますが、子どもや抵抗力の弱い人がかかると、重症になることがあります。体調が悪い時は、早めに病院で診察を受けましょう。</p> <p>《どんなことに気を付ければいいのか？》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. しっかりうがいと手をあらいましょう！ 食事前、調理前、トイレの後は、石けんをよく泡立てて洗い、流水でよく流しましょう。</li> <li>2. 十分加熱して食べましょう！ 二枚貝は、十分に加熱してから食べるようにしましょう。果物や野菜も水を2～3回変えて洗いましょう。</li> <li>3. 食器や調理器具もよく洗いましょう！ 食器や調理器具は使ったあとよく洗いましょう。煮沸や塩素消毒も効果的です。</li> </ol>							
昼食		さつま芋挽肉カレー 大根のごまサラダ スープ フルーツ	ごはん 豆腐チャンブルー 花野菜のサラダ 味噌汁 フルーツ	肉みそ丼 もやしの和え物 すまし汁 フルーツ	ごはん 麻婆だいこん さつま芋の煮物 スープ フルーツ	人参コーンごはん 白身魚の煮付け きゃべつのマヨ和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏肉の照焼き ひじきの煮物 味噌汁 フルーツ	主要食材	米・鶏肉・さつま芋・玉ねぎ・人参 かっけ・大根・胡瓜・若芽・ごま トマト・フルーツ	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・にら・トマト・胡麻・胡瓜 コーン・酢・味噌・フルーツ	米・豚肉・人参・竹の子・玉ねぎ いんげん・味噌・片栗粉・もやし・胡瓜 フルーツ	米・大根・鶏肉・玉ねぎ・人参・味噌 片栗粉・いんげん・さつま芋 フルーツ	米・人参・コーン・かかれい・大根 片栗粉・いんげん・きゃべつ・胡瓜 いんげん・ひじき・高野豆腐・人参 マヨネーズ・味噌・フルーツ	米・鶏肉・玉ねぎ・小豆粉・南瓜 いんげん・ひじき・高野豆腐・人参 味噌・フルーツ
主要食材		米・鶏肉・さつま芋・玉ねぎ・人参 かっけ・大根・胡瓜・若芽・ごま トマト・フルーツ	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・にら・トマト・胡麻・胡瓜 コーン・酢・味噌・フルーツ	米・豚肉・人参・竹の子・玉ねぎ いんげん・味噌・片栗粉・もやし・胡瓜 フルーツ	米・大根・鶏肉・玉ねぎ・人参・味噌 片栗粉・いんげん・さつま芋 フルーツ	米・人参・コーン・かかれい・大根 片栗粉・いんげん・きゃべつ・胡瓜 いんげん・ひじき・高野豆腐・人参 マヨネーズ・味噌・フルーツ	米・鶏肉・玉ねぎ・小豆粉・南瓜 いんげん・ひじき・高野豆腐・人参 味噌・フルーツ	主要食材	米・鶏肉・さつま芋・玉ねぎ・人参 かっけ・大根・胡瓜・若芽・ごま トマト・フルーツ	米・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・にら・トマト・胡麻・胡瓜 コーン・酢・味噌・フルーツ	米・豚肉・人参・竹の子・玉ねぎ いんげん・味噌・片栗粉・もやし・胡瓜 フルーツ	米・大根・鶏肉・玉ねぎ・人参・味噌 片栗粉・いんげん・さつま芋 フルーツ	米・人参・コーン・かかれい・大根 片栗粉・いんげん・きゃべつ・胡瓜 いんげん・ひじき・高野豆腐・人参 マヨネーズ・味噌・フルーツ	米・鶏肉・玉ねぎ・小豆粉・南瓜 いんげん・ひじき・高野豆腐・人参 味噌・フルーツ
おやつ		豆乳ジャムケーキ 牛乳	フルーツきんとん 牛乳	人参ジャムサンド 牛乳	バナナケーキ 牛乳	さつま芋あべかわ 牛乳	のりじゃおにぎり 牛乳	主要食材	ホットケーキミックス・豆乳 いちごジャム	さつま芋・りんご	食パン・人参・オレンジジュース	ホットケーキミックス・豆乳 バナナ・レモン汁	さつま芋・きな粉	米・しらす・ごま油・揚げり
主要食材		ホットケーキミックス・豆乳 いちごジャム	さつま芋・りんご	食パン・人参・オレンジジュース	ホットケーキミックス・豆乳 バナナ・レモン汁	さつま芋・きな粉	米・しらす・ごま油・揚げり	主要食材	ホットケーキミックス・豆乳 いちごジャム	さつま芋・りんご	食パン・人参・オレンジジュース	ホットケーキミックス・豆乳 バナナ・レモン汁	さつま芋・きな粉	米・しらす・ごま油・揚げり
栄養価		1人分 - 531.0 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 15.0 g	1人分 - 526.0 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.7 g	1人分 - 462.0 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 11.0 g	1人分 - 495.0 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 11.2 g	1人分 - 464.0 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 8.9 g	1人分 - 501.0 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 9.3 g	栄養価	1人分 - 531.0 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 15.0 g	1人分 - 526.0 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.7 g	1人分 - 462.0 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 11.0 g	1人分 - 495.0 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 11.2 g	1人分 - 464.0 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 8.9 g	1人分 - 501.0 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 9.3 g

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。  
●ホットケーキミックス、カレールウとシチュールウは卵・乳製品不使用のものを使用しております。  
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。  
※尚、天候等の都合により食材材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。





日		初期				中期				後期				完了期							
目		5・6カ月頃				7・8カ月頃				9~11カ月頃				12~18カ月頃							
火	4	昼食	おかゆ	じゃが芋の煮つぶし	ほうれん草のすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	じゃが芋のそぼろ煮	やわらか浸し	味噌汁	フルーツ	マカロニナポリタン	ミルク	ごはん	鶏肉のクリーム煮	ほうれん草のお浸し	味噌汁	フルーツ	マカロニナポリタン	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
水	5	昼食	おかゆ	豆腐のすりながし	カリフラワーのすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	豆腐のそぼろあん	カリフラワーのやわらか煮	すまし汁	フルーツ	味噌汁	ミルク	ごはん	豆腐のカレー煮	カリフラワーのオーロラソース	すまし汁	フルーツ	味噌汁	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
木	6	昼食	おかゆ	玉ねぎのすりながし	さつまいもの煮つぶし	スープ	ミルク	おかゆ	白身魚の野菜あんかけ	さつまいものやわらか煮	味噌汁	フルーツ	ミルク	ごはん	白身魚の野菜あんかけ	さつまいものやわらか煮	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
金	7	昼食	おかゆ	じゃが芋の煮つぶし	白菜のすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	じゃが芋のそぼろあん	白菜のやわらか浸し	味噌汁	フルーツ	ミルク	ごはん	豚とポテトの甘辛炒め	白菜のこま和え	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
土	8	昼食	おかゆ	大根のすりながし	ほうれん草のすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	大根のそぼろあん	やわらかナムル	味噌汁	フルーツ	ミルク	ごはん	大根と鶏肉の照り煮	ほうれん草のナムル	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
月	10	昼食	成人の日				おやつ				ミルク				ミルク						
																			おやつ		
火	11	昼食	おかゆ	人参のすりながし	胡瓜のすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	白身魚のうすくす煮	マカロニやわらか煮	すまし汁	フルーツ	ミルク	ごはん	白身魚の豆乳みそ煮	マカロニサラダ	すまし汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
水	12	昼食	煮込みうどん	さつまいもの煮つぶし	きゃべつのすりながし	スープ	ミルク	鶏やさいうどん	さつまいものやわらか煮	きゃべつのお浸し	フルーツ	ミルク	ごはん	鶏やさいうどん	さつまいものやわらか煮	きゃべつのお浸し	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
木	13	昼食	おかゆ	ブロッコリーのすりながし	じゃが芋の煮つぶし	スープ	ミルク	おかゆ	温野菜のそぼろ煮	じゃが芋のやわらか煮	味噌汁	フルーツ	ミルク	ごはん	温野菜のから揚げ	カレーポテトサラダ	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
金	14	昼食	おかゆ	じゃが芋の煮つぶし	人参のすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	白身魚のうすくす煮	高野豆腐の煮物	味噌汁	フルーツ	ミルク	ごはん	白身魚の蒲焼き	高野豆腐の煮物	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
土	15	昼食	野菜粥	南瓜の煮つぶし	スープ	フルーツ	ミルク	南瓜粥	南瓜のやわらか煮	味噌汁	フルーツ	ミルク	中華丼	南瓜の煮物	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
月	17	昼食	おかゆ	さつまいもの煮つぶし	大根のすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	さつまいものそぼろあん	ココロ野菜煮	スープ	フルーツ	ミルク	ごはん	さつまいもの煮つぶし	大根のこまサラダ	スープ	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
火	18	昼食	おかゆ	豆腐のすりながし	ブロッコリーのすりながし	スープ	ミルク	おかゆ	豆腐のそぼろあん	花野菜のやわらか煮	味噌汁	フルーツ	ミルク	ごはん	豆腐チャンプルー	花野菜サラダ	味噌汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
水	19	昼食	おかゆ	胡瓜のすりながし	スープ	フルーツ	ミルク	そぼろ粥	やわらか浸し	スープ	フルーツ	ミルク	ごはん	肉みそ丼	もやしのお浸し	すまし汁	フルーツ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
			おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク

新年あけましておめでとうございます

新たな一年が始まりました。子どもたちの元気な声と、キラキラ輝く笑顔がクラスに広がります。子どもたち、寒い季節にぴったりの食べ物があります。鍋物があります。鍋物は、身体が温まり、野菜をたくさん食べることでよいお祝いになります。また、家族と一緒に食べることでよいお祝いを感じることが出来ます。バランスの良い食事を食べることで、寒い冬を元気に過ごしたいものです。



新しい年を迎え、気持ちも新たに最後の学期が始まりました。今年も子どもたちの健康を考えながら、おいしく・楽しく食べられる給食を作っていきますので、よろしくお願ひいたします。また、みなさまにとってよりよい一年になりますよう願っております。

ノロウイルスについて

《どうやって感染するの?どんな症状?》  
ごく少量でも口から体の中に入ることによって感染します。感染してから1日~2日で下痢、吐き気、腹痛などの症状が出ます。通常は2~3日で治りますが、子どもや抵抗力の弱い人がかかると、重症になることがあります。体調が悪い時は、早めに病院で診察を受けましょう。

1. しっかりうがいと手をあらいましょう!
  2. 食事前、調理前、トイレ後は、石けんをよく泡立てて洗い、流水でよく流しましょう。
  3. 十分加熱して食べましょう!
- 二枚貝は、十分に加熱してから食べるようにしましょう。果物や野菜も水を2~3回変えて洗きましょう。食器や調理器具もよく洗いましょう! 食器や調理器具は使ったあとよく洗いましょう。煮沸や塩素消毒も効果的です。



※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。

※味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。