

日付	曜日	1-2歳 午前おやつ	献立名	材料	おやつ	栄養価
2	16 30	月	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g みそ汁(玉ねぎ・なす) 鶏ひき肉と大豆の炒り煮 かぶときゅうりの中華煮 みかん缶	米、水 たまねぎ、なす、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 蒸し大豆、鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、さつまいも、油、にんじん、しょうゆ、酒、ほうれんそう かぶ、きゅうり、酢、砂糖、食塩	麦茶 牛乳 豆乳やわらかもち 豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉	エネルギー 478 Kcal たんぱく質 20.8 g
3	17	火	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g ツナと野菜の煮物 みかん缶	米、水 ツナ水煮缶、ほうれんそう(冷凍)、水、しょうゆ、片栗粉、水 みかん	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) スナックパン ロールパン	エネルギー 162 Kcal たんぱく質 5.3 g
4	18	水	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g 鶏ひき肉と白菜の煮びたし じゃが芋きんぴら りんご	米、水 鶏ひき肉、はくさい、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、油、ごぼう、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、ごま りんご	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) かぼちゃ粥 かぼちゃ、軟飯、水	エネルギー 146 Kcal たんぱく質 2.3 g
5	19	木	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) ほうれん草と鮭のやわらか煮 柿	米、水 かぼちゃ、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ) ほうれんそう、さけ、しょうゆ、砂糖 かき	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 蒸し芋 さつまいも、食塩	エネルギー 198 Kcal たんぱく質 3.4 g
6	20	金	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g すまし汁(じゃが芋) ツナとチンゲン菜の煮物 みかん缶	米、水 たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、食塩 ツナ水煮缶、チンゲンサイ、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉 みかん缶	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) リゾット(にんじん・ブロッコリー) 米、にんじん、ブロッコリー、オリーブ油、水、粉チーズ	エネルギー 144 Kcal たんぱく質 3.6 g
7	21	土	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) うどん(わかめ) 白身魚の野菜あんかけ	干しうどん、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ カレイ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、昆布だし汁、片栗粉	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) リゾット(にんじん・ブロッコリー) 米、にんじん、ブロッコリー、オリーブ油、水、粉チーズ	エネルギー 136 Kcal たんぱく質 5.6 g
9	23	月	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g クリームシチュー(米粉) ほうれん草のしらすあえ 柿	米、水 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、いんげん、油、水、洋風だしの素、豆乳、食塩、こしょう、米粉 こまつな、にんじん、しらす干し、しょうゆ かき	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 大豆ケーキ(もも・黒糖)	エネルギー 190 Kcal たんぱく質 7.3 g
10	24	火	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g みそ汁(はくさい・たまねぎ) さわらとごぼうの煮つけ かぼちゃサラダ(おから) バナナ	米、水 はくさい、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さわら、ごぼう、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、おから、砂糖、しょうゆ、酢、油 バナナ	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 野菜もち(にんじん)	エネルギー 231 Kcal たんぱく質 9.7 g
11	25	水	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g みそ汁(だいこん・あげ) 炒り豆腐(ツナひじき) さつまいものレモン煮	米、水 だいこん、油揚げ、カットわかめ、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐、ツナ水煮缶、ひじき、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、さやえんどう、片栗粉 さつまいも、レモン果汁、砂糖	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 凍り豆腐のフレンチトースト	エネルギー 199 Kcal たんぱく質 6.9 g
12	26	木	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g 豆腐みそ汁(なす) かじきのケチャップ煮 蒸し野菜のサラダ りんご	米、水 木綿豆腐、なす、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) かじき、食塩、片栗粉、油、水、ケチャップ、中濃ソース、砂糖 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、食塩、油、レモン果汁 りんご	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) おさかなごはん 軟飯、ツナ味付缶、こまつな、もやし、油、酒、砂糖、食塩、焼きのり	エネルギー 390 Kcal たんぱく質 15.9 g
13	27	金	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 軟飯80g マーボー豆腐(キッズ) 粉ふき芋(青のり) きゅうりの酢の物(みかん)	米、水 木綿豆腐、豚ひき肉、挽きわり納豆、ねぎ、にんじん、しょうが、油、水、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、砂糖、片栗粉 じゃがいも、食塩、あおのり きゅうり、カットわかめ、みかん缶、酢、砂糖	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) 焼きもろこしおにぎり 軟飯、コーン缶、油、しょうゆ、食塩	エネルギー 397 Kcal たんぱく質 14.2 g
14	28	土	お茶・麦茶 麦茶(浸出液) てりやき野菜丼 もも缶	軟飯、鶏もも肉、しょうゆ、酒、みりん、水、片栗粉、もやし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油 もも缶(白桃)	ソフトパン(大豆・ごま) 白玉粉、米粉、大豆(粉)、片栗粉、ベーキングパウダー、砂糖、食塩、豆乳、油、酒、ごま お茶・麦茶 麦茶(浸出液)	エネルギー 395 Kcal たんぱく質 14.4 g