

2024年 1月 献立表(乳幼児食)

fujimuraナーサリー

日付	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
4 18 木	牛乳 かぼちゃ ポーロ	ご飯 松風焼き きゅうりの酢の物 きのこのすまし汁	七分つき米 鶏肉、玉ねぎ、人参、しょうが、片栗粉、米みそ、酒、本みりん、青のり きゅうり、にんじん、わかめ、酢、きび砂糖、しょうゆ しいたけ、えのきたけ、こまつな、だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 いもち じゃがいも、片栗粉、牛乳 バター、しょうゆ
5 19 金	牛乳 せんべい	チキンカレー かぼちゃサラダ 豆腐のスープ 果物	七分つき米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも なたね油、カレー粉、ウスターソース、ケチャップ、しょうゆ、米粉 かぼちゃ、にんじん、きゅうり、マヨドレ 絹ごし豆腐、キャベツ、セロリ、だし汁、食塩 バナナ	1/5 1/19 牛乳 1/5 七草粥 米、大根、かぶ、だし汁、食塩、しょうゆ 1/19 れんこんチップ れんこん、なたね油、食塩
6 20 土	牛乳 せんべい	麻婆豆腐丼 ナムル ワカメスープ	七分つき米、木綿豆腐、豚肉、ねぎ、ごま油 米みそ、しょうゆ、酒、きび砂糖、片栗粉 こまつな、もやし、にんじん、ごま油、食塩 わかめ、鶏もも肉、たまねぎ、だし汁、食塩、しょうゆ	牛乳 ココアプリン 牛乳、ココア、きび砂糖、粉かんでん
9 23 火	牛乳 かぼちゃ ポーロ	ご飯 ブリの照り焼き ほうれん草の磯和え 豆腐のみそ汁	七分つき米 ぶり、しょうゆ、本みりん、酒 ほうれんそう、にんじん、焼きのり、しょうゆ 絹ごし豆腐、たまねぎ、えのきたけ、だし汁、米みそ	牛乳 みかん寒天 牛乳、きび砂糖、みかん缶 粉かんでん
10 24 水	牛乳 せんべい	パン 豆腐ハンバーグ コールスロー ブロッコリーのスープ	食パン 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、食塩、ケチャップ、中濃ソース キャベツ、にんじん、コーン缶、マヨドレ 鶏もも肉、ブロッコリー、にんじん、だし汁、食塩	牛乳 焼きとうもろこしおにぎり 七分つき米、コーン缶、しょうゆ
11 25 木	牛乳 かぼちゃ ポーロ	ご飯 豚肉の香味炒め 春雨サラダ じゃがいものみそ汁	七分つき米 豚肉、にんじん、たまねぎ、もやし、にんにく、しょうゆ、本みりん、酒 はるさめ、ハム、きゅうり、しょうゆ、酢、ごま油、ごま じゃがいも、油揚げ、わかめ、だし汁、米みそ	牛乳 黒ゴマおはぎ 七分つき米、黒ごま、きび砂糖
12 26 金	牛乳 せんべい	肉みそ納豆丼 キャベツの昆布和え 白菜のすまし汁 果物	七分つき米、豚ひき肉、納豆、たまねぎ、にんじん、えのき なたね油、きび砂糖、米みそ、しょうゆ、本みりん、酒 キャベツ、にんじん、もやし、ごま油、塩こんぶ はくさい、ごぼう、しいたけ、だし汁、しょうゆ、食塩 みかん	牛乳 ようかん こしあん、水、粉かんでん
13 27 土	牛乳 せんべい	三色そぼろ丼 ブロッコリーのツナマヨ和え キャベツのスープ	七分つき米、豚ひき肉、しょうゆ、酒、きび砂糖 にんじん、ほうれんそう、ごま油、食塩 ブロッコリー、ツナ缶、コーン缶、マヨドレ 鶏もも肉、キャベツ、にんじん、だし汁、食塩	牛乳 いちごヨーグルト ヨーグルト、いちごジャム
15 29 月	牛乳 せんべい	ご飯 鶏の磯辺焼き 白菜のおかか和え ほうれん草のみそ汁	七分つき米 鶏もも肉、しょうゆ、本みりん、片栗粉、あおのり、なたね油 はくさい、にんじん、もやし、かつお節、しょうゆ ほうれんそう、ごぼう、油揚げ、だし汁、米みそ	牛乳 ビビンバ 米、豚肉、しょうゆ、酒、もやし ほうれん草、にんじん、ごま油、食塩
16 30 火	牛乳 かぼちゃ ポーロ	ご飯 かれの煮つけ ブロッコリーの胡麻和え 大根のみそ汁	七分つき米 かれい、しょうが、酒、しょうゆ、本みりん、水 ブロッコリー、にんじん、コーン缶、しょうゆ、きび砂糖、すりごま だいこん、えのきたけ、こまつな、だし汁、米みそ	牛乳 ぶどうゼリー ぶどうジュース、水、きび砂糖 粉かんでん
17 31 水	牛乳 せんべい	ご飯 豚のしょうが焼き キャベツとコーンのサラダ 根菜のみそ汁	七分つき米 豚肉、たまねぎ、しょうが、なたね油、しょうゆ、本みりん キャベツ、にんじん、コーン缶、酢、オリーブ油、きび砂糖、食塩 れんこん、ごぼう、油揚げ、だし汁、米みそ	牛乳 黒糖蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー 牛乳、黒砂糖
22 月	牛乳 せんべい	ご飯 筑前煮 五目汁 果物	七分つき米 鶏肉、人参、しいたけ、れんこん、ごぼう だし汁、しょうゆ、酒、本みりん、きび砂糖 木綿豆腐、こまつな、ねぎ、油揚げ、切り干し大根、だし汁、しょうゆ、食塩 オレンジ	牛乳 野菜おやき じゃがいも、にんじん、ほうれんそ う、片栗粉、なたね油、しょうゆ

平均栄養価 乳児 エネルギー 469kcal たんぱく質 20.4g 脂質 16.2g カルシウム 281mg 鉄 1.9g

献立は食材の都合などにより変更する場合があります。未食の食材がありましたら、当日までに喫食お願い致します。