



2024年10月

fujimuraナーサリー 栄養士

日付	曜日	1・2歳	献立名	材料	おやつ
1	15 29	火	牛乳 ご飯 鰯のかば焼き クッキー 胡瓜のゆかり和え 豆腐のみそ汁	七分つき米 あじ、酒、米粉、油、水、しょうゆ、本みりん きゅうり、にんじん、しそふりかけ 木綿豆腐、こまつな、米みそ(淡色辛みそ)、かつお・昆布だし汁	ヨーグルトムース ヨーグルト(無糖)、牛乳、きび砂糖、レモン果汁、水、ゼラチン せんべい
2	16 30	水	牛乳 ご飯 豆腐肉みそあんかけ せんべい パンパンジーサラダ きのこのみそ汁	七分つき米 木綿豆腐、ねぎ、にんじん、豚ひき肉、本みりん、しょうゆ、酒、油、片栗粉 きゅうり、にんじん、もやし、ごま、ごま油、きび砂糖、酢、しょうゆ しめじ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	大学芋 さつまいも、油、水、きび砂糖、しょうゆ 牛乳
3	17	木	牛乳 ご飯 鶏肉の照り焼き クッキー 小松菜のおかか和え 高野豆腐のみそ汁	七分つき米 鶏もも肉(皮付き)、本みりん、しょうゆ こまつな、にんじん、かつお節、しょうゆ 凍り豆腐、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	いももち じゃがいも、片栗粉、油、しょうゆ 牛乳 牛乳
4	18	金	牛乳 ご飯 肉じゃが せんべい スティックサラダ けんちん汁	七分つき米 じゃがいも、にんじん、たまねぎ、豚肉(ばら)、いんげん、本みりん、しょうゆ、酒、油 きゅうり、にんじん、マヨドレ 木綿豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	ピザトースト 食パン、ピーマン、たまねぎ、ハム、とろけるチーズ、ケチャップ 牛乳
5	19	土	牛乳 三色丼 厚揚げのうま煮 クッキー さつまいものみそ汁	七分つき米、鶏ひき肉、きび砂糖、しょうゆ、油、本みりん、いんげん、にんじん 油揚げ、だいこん、かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ えのきたけ、さつまいも、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	バナナスムージー バナナ、牛乳、ヨーグルト(無糖)、きび砂糖、レモン果汁 せんべい
7	21	月	牛乳 ドライカレー せんべい コールスローサラダ 押し麦スープ	七分つき米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、オリーブ油 ウスターソース、ケチャップ、しょうゆ、きび砂糖、食塩、かつお・昆布だし汁 キャベツ、コーン缶、にんじん、食塩、オリーブ油、レモン果汁 押麦、鶏もも肉(皮付き)、しめじ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	スノーボールクッキー 小麦粉、きび砂糖、バター、粉糖 牛乳
8	22	火	牛乳 ご飯 鮭のパン粉焼き せんべい チンゲン菜の炒め物 コーンポタージュ	七分つき米 さけ、食塩、マヨドレ、パン粉、油 チンゲンサイ、にんじん、食塩、油 たまねぎ、油、牛乳、クリームコーン缶、かつお・昆布だし汁、食塩	ようかん こしあん(生)、水、粉かんでん 牛乳
9	23	水	牛乳 パン 煮込みハンバーグ クッキー ブロッコリーサラダ 野菜と大豆のスープ	食パン 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、油、パン粉、牛乳、きび砂糖、カットマト、中濃ソース、水 ブロッコリー、にんじん、コーン缶、食塩、オリーブ油、レモン果汁 キャベツ、もやし、ゆで大豆、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ	ゆかりおにぎり 七分つき米、しそふりかけ、いりごま 味付き小魚
10	24	木	牛乳 鶏ささみの磯辺焼き クッキー さつまいもとれんこん金平 切り干し大根のみそ汁	鶏ささ身、酒、米粉、あおのり、食塩、油、水 さつまいも、れんこん、いんげん、かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ だいこん、油揚げ、葉ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	焼うどん 干しうどん、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、こまつな、かつお節、油、しょうゆ 牛乳
11	25	金	牛乳 きのこ混ぜご飯 せんべい 大根と豚バラの煮物 ほうれん草のみそ汁 果物	七分つき米、しめじ、エリンギ、えのきたけ、にんじん、鶏ひき きび砂糖、本みりん、しょうゆ、かつお・昆布だし汁 だいこん、豚肉(ばら)、しょうゆ、本みりん ほうれんそう、もやし、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) バナナ	黒ゴマスティッククッキー 小麦粉、黒ごま、きび砂糖、油 牛乳
12	26	土	牛乳 ご飯 豚肉としらたきのしぐれ煮 クッキー ほうれん草のごま和え 玉ねぎのみそ汁	七分つき米 豚肉(肩ロース)、しらたき、しょうが、酒、しょうゆ、本みりん ほうれんそう、にんじん、すりごま、きび砂糖、しょうゆ たまねぎ、焼ふ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)	ヨーグルト〜りんごコンポートのせ〜 ヨーグルト(無糖)、りんご、きび砂糖 クッキー
	28	月	牛乳 ご飯 肉野菜炒め クッキー 切り干し大根の煮物 ワカメのみそ汁	七分つき米 豚肉、キャベツ、人参、もやし、ピーマン、食塩、油 切り干し大根、人参、油揚げ、いんげん、カツオ・昆布だし、本みりん、しょうゆ カットワカメ、木綿豆腐、カツオ・昆布だし、米みそ(淡色辛みそ)	焼き芋 さつまいも
	31	木	牛乳 ハロウィンメニュー クッキー ハロウィンご飯 マカロニサラダ チャウダー	七分つき米 豚ひき肉、人参、玉ねぎ、いんげん、きび糖、ケチャップ、中濃ソース、カレー粉 マカロニ、人参、じゃが芋、コーン缶、マヨドレ、食塩、しょうゆ ペーコン、玉ねぎ、ほうれん草、牛乳、食塩、カツオ・昆布だし	ハロウィンクッキー 小麦粉、バター、きび糖 牛乳

平均栄養価 乳児 エネルギー 526kcal たんぱく質 22.6g 脂質 19.9g カルシウム 260mg 鉄 2.5g

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、当日までに喫食をお願いいたします。

