



令和6年度

# 1月 給食献立予定表



若竹保育園

日	曜	未満児	離乳食 献立表 (離乳食献立は月齢により変更します)	献立表 (献立表は都合により変更になることがあります)	3時のおやつ (●は手を加えたおやつです)
4	土	麦茶	おじや、バナナ	ごはん、鮭の塩焼き(0~3歳児1/2切、4、5歳児1切)、ブロッコリーのサラダ、バナナ、麦茶	
6	月	牛乳	おかゆ、人参の和風煮、オレンジ	ごはん、豆腐の肉みそあん包み(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、ブロッコリーのツナサラダ、オレンジ、麦茶	源氏パイ、麦茶
7	火	〃	おかゆ、豆腐のやわらか煮、オレンジ	けんちんうどん、さつまいもの天ぷら(0~3歳児1/2個、4、5歳児1個)、きゅうり、オレンジ	●おいなりさん、麦茶
8	水	〃	おかゆ、ブロッコリーの煮物、オレンジ	ごはん、高野マーボー豆腐、きゅうり、オレンジ、中華スープ	●カラフルゼリー
9	木	〃	おかゆ、お芋のそぼろ煮、オレンジ	ごはん、肉団子(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、きゅうりのささみ和え、オレンジ、ABCスープ	アスバラガスピスケット、麦茶
10	金	〃	おかゆ、人参と玉ねぎの煮、オレンジ	ごはん、さばのオレンジ煮(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、れんこんとひじきのごまサラダ、オレンジ、麦茶	歌舞伎揚げ、リンゴジュース
11	土	麦茶	雑炊、バナナ	ごはん、ハムカツ(0~3歳児1/2枚、4、5歳児1枚)、ブロッコリーのサラダ、バナナ、麦茶	
14	火	牛乳	おかゆ、豆腐の煮物、オレンジ	ごはん、生揚げと豚肉のみそ炒め、きゅうり、オレンジ、なるとねぎのすまし汁、のり佃煮	●みそパン、麦茶
15	水	〃	おかゆ、やわらか肉じゃが、オレンジ	冬野菜(レンコン、じゃが芋)のカレーライス、キャベツのチョレギサラダ、オレンジ、麦茶	アンパンマンソフトせん、麦茶
16	木	〃	おかゆ、お芋のみそ煮、オレンジ	ごはん、すき焼き煮、きゅうり、オレンジ、油揚げと大根の味噌汁	●バナナきなこ、麦茶
17	金	〃	おかゆ、人参の和風煮、オレンジ	納豆ごはん、人参と大根の豚汁、さつまいもの甘露煮(0~5歳児2個)、きゅうり、オレンジ	純米煎餅、麦茶
18	土	麦茶	和風リゾット、バナナ	ごはん、さばのオレンジ煮(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、ブロッコリーのサラダ、バナナ、麦茶	
20	月	牛乳	おかゆ、ブロッコリーのそぼろ煮、オレンジ	ミートソーススパゲッティ、きゅうり、オレンジ、ほうれん草のスープ	カルシウムせん、麦茶
21	火	〃	おかゆ、人参と大根の煮物、オレンジ	ごはん、豆腐ハンバーグ(0~5歳児1個)、春雨サラダ、オレンジ、麦茶	●チキンライス、麦茶
22	水	〃	おかゆ、やわらか肉じゃが、オレンジ	ごはん、肉じゃが、きゅうりの昆布和え、オレンジ、豆腐とねぎの味噌汁、のり佃煮	ミレービスケット、麦茶
23	木	〃	おかゆ、豆腐の和風煮、オレンジ	キッズピザ、中華スープ、野菜の肉団子(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、きゅうり、いよかんゼリー(0~5歳児1個)	●ロールケーキ、麦茶
24	金	〃	おかゆ、ブロッコリーのそぼろ煮、オレンジ	ごはん、ごぼうの土佐煮、きゅうり、オレンジ、白菜の味噌汁	アンパンマンあげせん、野菜ジュース
25	土	麦茶	おじや、バナナ	ごはん、メンチカツ(0~3歳児1/2個、4、5歳児1個)、ブロッコリーのサラダ、バナナ、麦茶	
27	月	牛乳	おかゆ、人参のそぼろ煮、オレンジ	ごはん、鮭の塩焼き(0~3歳児1/2切、4、5歳児1切)、スパゲッティサラダ、オレンジ、麦茶	●ワンタンスープ
28	火	〃	おかゆ、ブロッコリーのやわらか煮、オレンジ	ごはん、豚肉の生葉焼き(0~3歳児1枚、4、5歳児2枚)、ブロッコリーの酢みそ和え、オレンジ、大根と人参のすまし汁	●ツナと塩昆布のおにぎり、麦茶
29	水	〃	おかゆ、お芋のそぼろ煮、オレンジ	きつねうどん、肉団子(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、きゅうり、オレンジ	ハッピーターン、麦茶
30	木	〃	おかゆ、豆腐の煮物、オレンジ	ごはん、カラフルチンジャオロース、きゅうりのレモン和え、オレンジ、中華スープ	ブルーベリークレープ、麦茶
31	金	〃	おかゆ、人参のみそ煮、オレンジ	わかめご飯、鶏の唐揚げ(0~3歳児1個、4、5歳児2個)、きゅうり、オレンジ、ごまみそスープ	おさつスティック、麦茶

●未満児 : 515kcal、タンパク質 16.0g、脂質16.3g、カルシウム 252mg、塩分 1.9g

●以上児 : 552kcal、タンパク質 16.4g、脂質16.2g、カルシウム 203mg、塩分 2.0g

炭水化物分量表 ※分量は目安になります。	白米	うどん	スパゲッティ	スティックパン
0~2歳児	60~90g	60~90g	40~60g	20g
3~5歳児	80~120g	70g~110g	60g~100g	20g