

# 2024年度1月 幼児食献立予定表

ニチイキッズあいずみさかふじ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ( )内は3歳未満児
			午後おやつ	
15 29 (水)	ご飯 なすのおみそ汁 肉豆腐 ほうれんそうのお浸し オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、なす、にんじん、ねぎ、みそ/豚肉(もも)、おろししょうが、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん/ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、かつお節、しょうゆ/オレンジ/牛乳/(15日:ピーマン、コーン、ベーコン、ビザ用チーズ、ケチャップ、食パン)(29日:ごま油、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、小麦粉、鶏がらスープの素、水)	牛乳	477(451) kcal
			クラッカー	20.4(19.5) g
16 30 (木)	ご飯 こまつなのすまし汁 松風焼き 鶏肉と根菜の煮物 バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、こまつな、にんじん、えのきたけ、しょうゆ、食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、みそ、みりん、ごま、あおのり/油、鶏もも肉、さつまいも、れんこん、にんじん、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、グリーンピース(冷凍)/バナナ/牛乳/魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳、卵、油	牛乳	562(526) kcal
			おせんべい	22.3(20.7) g
17 31 (金)	ポークカレー オニオンスープ 切り干し大根のナムル みかん	牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、かつおだし汁、カレールウ、砂糖、いちごジャム、鶏がらスープの素、片栗粉/油、たまねぎ、水、鶏がらスープの素、食塩/切り干しだいこん、にんじん、きゅうり、カットわかめ、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢/みかん/牛乳/卵、砂糖、ヨーグルト(無糖)、牛乳、ホットケーキ粉、いちごジャム	牛乳	532(500) kcal
			ウエハース	16.9(16.4) g
4 18 (土)	ご飯 ほうれんそうのおみそ汁 さけのごまだれかけ 五目ひじき バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、ほうれんそう、たまねぎ、もやし、みそ/さけ、片栗粉、油、水、砂糖、しょうゆ、みりん、すりごま、ごま、片栗粉/油、ひじき、油揚げ、さつまいも、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん、いんげん/バナナ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	520(486) kcal
			ビスケット	24.5(22.6) g
6 20 (月)	ご飯 キャベツの豆乳汁 かれのトマトソースかけ マセドアンサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、キャベツ、みそ、すりごま、豆乳/かれい、片栗粉、油、油、たまねぎ、ホールトマト缶詰、砂糖、ケチャップ、食塩/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/オレンジ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、にんじん、かつお節、しょうゆ、ごま	牛乳	518(489) kcal
			ウエハース	23.4(21.6) g
7 (火)	七草粥 さばのかば焼き丼 かぼちゃのおみそ汁 ポテトサラダ バナナ	牛乳/お子様せんべい/米、七草、食塩、鶏がらスープの素/米、さば、清酒・上撰、おろししょうが、米粉、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、ごま/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、みみそ(甘みそ)/にんじん、じゃがいも、コーン(冷凍)、マヨレ(ノンエッグマヨネーズ)、食塩/バナナ/牛乳/ぶどう濃縮果汁、かんてん(粉)、砂糖、/豆乳ウエハース	牛乳	477(461) kcal
			お子様せんべい	18.3(18.1) g
21 (火)	菜飯 さつまいものおみそ汁 鶏肉のゆかり焼き にんじんしりしり みかん	牛乳/お子様せんべい/米、油、こまつな、食塩/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、みそ/鶏もも肉、カルシウムふりかけ ゆかり、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/ごま油、ツナ水煮缶、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、食塩、しょうゆ、みりん、かつお節/みかん/牛乳/ぶどう濃縮果汁、かんてん(粉)、砂糖、豆乳ウエハース	牛乳	451(434) kcal
			おせんべい	20.7(19.4) g
8 (水)	ご飯 にんじんのおみそ汁 さわらの焼き浸し ごぼうの甘辛煮 りんご	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、ほうれんそう、にんじん、もやし、みそ/さわら、食塩、油、たまねぎ、砂糖、食塩、酢/油、じゃがいも、ごぼう、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)/りんご/牛乳/食パン、無塩バター、砂糖、きな粉	牛乳	560(518) kcal
			ビスケット	23.8(22.1) g
22 (水)	わかめおにぎり 大根のおみそ汁 鶏のねぎソース和え ほうれん草の海苔和え バナナ	牛乳/ビスケット、/米、炊き込みわかめ、のり、ケチャップ、/かつおだし汁、だいこん、しめじ、カットわかめ、みみそ(甘みそ)、/鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油、かつお・昆布だし汁、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま、/ほうれんそう、にんじん、コーン(冷凍)、のり、しょうゆ、砂糖、鶏がらスープの素、ごま油、/グレープフルーツ、/牛乳、/ホットケーキ粉、絹ごし豆腐、卵、にんじん、油、粉糖、	牛乳	581(532) kcal
			ビスケット	24.7(22.8) g
9 23 (木)	ご飯 れんこんのおみそ汁 さけのマヨ焼き ほうれんそうの納豆和え みかん	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、ほくさい、れんこん、しめじ、みそ/さけ、食塩、片栗粉、たまねぎ、ノンエッグマヨネーズ/ほうれんそう、にんじん、もやし、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油/みかん/牛乳/無塩バター、砂糖、卵、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、水	牛乳	507(480) kcal
			ウエハース	24.8(22.7) g
10 24 (金)	塩あんかけ野菜丼 ねぎのおみそ汁 かぼちゃのオープン焼き バナナ	牛乳/お子様せんべい/米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、にんじん、こまつな、コーン(冷凍)、鶏がらスープの素、水、食塩、片栗粉、水/かつおだし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/かぼちゃ、油、食塩/バナナ/牛乳/米、塩こんぶ	牛乳	547(503) kcal
			おせんべい	20.9(19.4) g
11 25 (土)	ご飯 わかめのすまし汁 チンゲンサイのみそマヨ焼き さつまいものきんぴら バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、カットわかめ、食塩、しょうゆ/鶏もも肉、おろししょうが、ノンエッグマヨネーズ、みそ/油、さつまいも、ごぼう、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、グリーンピース(冷凍)/バナナ/牛乳/食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖	牛乳	533(500) kcal
			ウエハース	23.9(22.0) g
27 (月)	ご飯 さといものスープ チリコンカン風 味噌ドレッシングサラダ みかん	牛乳/ビスケット/米/水、さといも、ブロッコリー、にんじん、鶏がらスープの素、食塩/油、たまねぎ、鶏ひき肉、だいず水煮缶詰、ホールトマト缶詰、ケチャップ、砂糖、しょうゆ/キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢、みそ/みかん/牛乳/スパゲティ、食塩、無塩バター、おろしにんにく、たまねぎ、こまつな、ツナ水煮缶、しょうゆ、食塩	牛乳	495(466) kcal
			ビスケット	21.1(19.9) g
14 28 (火)	マーボー高野豆腐丼 チンゲンサイのすまし汁 紅白なます りんご	牛乳/ソフトせんべい塩味、/米、油、おろししょうが、たまねぎ、豚ひき肉、凍り豆腐、にら、水、砂糖、しょうゆ、みみそ(甘みそ)、水、片栗粉、鶏がらスープの素、清酒・上撰、ごま油/かつお・昆布だし汁、片栗粉、チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ、食塩、しょうゆ/だいこん、にんじん、酢、レモン果汁、砂糖、食塩、昆布だし汁/りんご/牛乳/ホットケーキ粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、油	牛乳	525(486) kcal
			おせんべい	17.8(16.9) g
			牛乳	14.9(15.9) g
			ホットケーキ	

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



1月平均栄養量	
523(490) kcal	
21.7(20.3) g	
14.0(15.2) g	