



# 平成25年4月 乳児・幼児献立表



日	午前のおやつ	昼 食					15時のおやつ	補食
		献立名・材料名						
1・15 (月)	牛乳 クラッカー	雑穀米 精白米 ひえ あわ きび	鶏肉と里芋の炒め煮 鶏肉 里芋 こんにゃく 人参	小松菜のお浸し 小松菜	お麩の味噌汁 お麩 玉葱	りんご	牛乳 人参ケーキ	麦茶 混ぜご飯
2・16・30 (火)	牛乳 ミレービスケット	春野菜カレー 鶏肉 新じゃが芋 新玉葱 人参 スナップエンドウ	切干大根のナムル 切干大根 もやし すり黒ごま			バナナ	牛乳 じゃこトースト	麦茶 焼きそば
3・17 (水)	牛乳 とっちゃんせんべい	筍ご飯 精白米 筍	鯖のパン粉焼き 鯖 パン粉	温野菜 ブロッコリー カリフラワー	けんちん汁 大根 こんにゃく 人参	オレンジ	麦茶 チジミ	麦茶 おにぎり
4・18 (木)	牛乳 クラッカー	麦ご飯 精白米 押し麦	スパニッシュオムレツ ベーコン じゃが芋 玉葱	ひじきサラダ ひじき 人参 胡瓜	ほうれん草スープ ほうれん草	いちご	牛乳 りんごゼリー	麦茶 サンドイッチ
5・19 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	きつねうどん 蒸し麺 油揚げ わかめ 小松菜 長葱	大根サラダ 大根 人参 ツナ			バナナ	牛乳 胡麻クッキー	麦茶 ピラフ
6・20 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯 精白米	鮭の塩焼き 鮭	南瓜と人参の煮物 南瓜 人参	なめこの味噌汁 なめこ 万能ネギ	オレンジ	牛乳 スティックパン	
8・22 (月)	牛乳 クラッカー	麦ご飯 精白米 押し麦	鶏つくねの照り焼き 鶏ひき肉 玉葱 卵	かぶと胡瓜の生姜酢 かぶ 胡瓜 生姜	じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 玉葱	りんご	牛乳 チーズ蒸しパン	麦茶 混ぜご飯
9・23 (火)	牛乳 ミレービスケット	雑穀米 精白米 ひえ あわ きび	鮭の生姜焼き 鮭 生姜	春キャベツのさっと煮 春キャベツ しめじ	かき玉汁 卵 人参	バナナ	牛乳 スコーン	麦茶 焼うどん
10 (水)	牛乳 とっちゃんせんべい	あんかけ焼きそば 蒸し麺 お肉 ピーマン もやし 人参 玉葱	さつまいもの甘煮 さつまいも レモン	中華スープ 長葱 わかめ	オレンジ		麦茶 おにぎり	麦茶 チャーハン
24 (水)		ロールパン	鶏のカレー風味揚げ 鶏肉 カレー粉	野菜添え ブロッコリー プチトマト			マカロニスープ マカロニ コーン	
11・25 (木)	牛乳 クラッカー	ピースご飯 精白米 グリビス	鯖の胡麻味噌焼き 鯖 胡麻 味噌	きんぴらごぼう ごぼう 人参 糸こんにゃく	茄子の味噌汁 茄子 油揚げ	いちご	麦茶 豆乳もち	麦茶 おにぎり
12・26 (金)	牛乳 ベジタブルせんべい	マーボー豆腐丼 絹豆腐 お肉 玉葱 万能ネギ	野菜たっぷりビーフン ビーフン 人参 ピーマン もやし	わかめスープ わかめ 炒りごま	バナナ	牛乳 マカロニきな粉	麦茶 ワッポトースト	
13・27 (土)	牛乳 ミレービスケット	ご飯 精白米	鯖のおろしあんかけ 鯖 大根	彩コロコロサラダ グリーンアスパラ 人参 黄パプリカ	キャベツの味噌汁 キャベツ お麩	オレンジ	牛乳 バームクーヘン	

\*仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

◎ 3歳以上児 エネルギー535kcal たんぱく質 19.5g 脂質 16.2g

カルシウム 208mg ビタミンA223μg ビタミンC36mg 食塩 1.9g

