

くじら認定こども園 離乳食献立表【2月】



栄養士より

	主食	汁もの	おかず	15時おやつ	
1	火	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、青菜のにも、煮りんご	フルーツのゼリーかけ
2	水	ばんがゆ	かぼちゃスープ	とうふの煮物、マカロニ煮	おかゆ
3	木	おかゆ	すまし汁	とりバーグ、フロッコリー煮	恵方巻きロール
4	金	さけおかゆ	すまし汁	ささみとじゃがいもの煮物、バナナ	せんべい
5	土	煮込みうどん		さつま芋の煮物	スティックパン
6	日				
7	月	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、かぼちゃの煮物	食パン
8	火	おかゆ	すまし汁	レバーと芋煮物、ひじきとにんじん煮	きな粉バナナ
9	水	おかゆ	すまし汁	肉じゃが、青菜の煮物、やさしいジュース	あおなの蒸しパン
10	木	ばんがゆ	ポトフ風スープ	とりの煮物、バナナ	おかゆ
11	金			建国記念の日	
12	土	おかゆ	すまし汁	とりとやさいの煮物、青菜の煮物	せんべい
13	日				
14	月	食パン	すまし汁	鶏だんご煮、キャベツの煮物	コーンフレーク煮
15	火	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、にんじん煮	きな粉マカロニ
16	水	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、かぼちゃの煮物	おかゆ
17	木	おかゆ	すまし汁	とりの煮物、キャベツの煮物	フルーツボンチ
18	金	おかゆ	どろめ汁	とうふの煮物、さつま芋煮物	煮込みうどん
19	土	おかゆ	すまし汁	とりとやさいの煮物、かぼちゃ煮	せんべい
20	日				
21	月	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、キャベツとにんじん煮	おかゆ
22	火	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、やさいの煮物、ヨーグルト	ホットケーキ
23	水			天皇誕生日	
24	木	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、だいこんの煮物、バナナ	スイートポテト
25	金	おかゆ	すまし汁	とうふの煮物、かぼちゃの煮物	ドーナツ
26	土	おかゆ	すまし汁	鶏だんご煮、にんじん煮物	ビスケット
27	日				
28	月	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、青菜の煮物	ジャムサンド

毎月19日は“食育の日”。今月は18日に四国地方の献立を提供します。焼豚玉子飯は愛媛県今治市の名物料理で米飯の上に薄く切った焼き豚と目玉焼きをのせて焼豚のタレで味付けした丼物です。給食では錦糸卵をのせていただきます。どろめ汁は高知県の郷土料理でどろめとはしらすの事です。徳島県にはなんと金時というさつま芋の高級ブランドがありホクホクとした触感が特徴です。愛媛県は柑橘生産量全国2位。ゼリーにさせていただきます。お楽しみに。

3日は節分です。鬼を追い払い無病息災を願う立春前日の行事です。節分ならではの食材を食べて元気に過ごしましょう。



献立平均給与栄養量

	3歳以上児	3歳未満児
エネルギー	396 kcal	294 kcal
たんぱく質	16.9g	12.8g
脂質	10.5g	8.3g

☆都合により献立を変更する場合がございます