



曜日	日	献立名	材料名			エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩 g
			血や肉をつくるもの	力や体温になるもの	体の調子をよくするもの				
月	5 ・ 19	ジャムクラッカー 牛乳	牛乳			190	6.3	9.1	0.4
火	6 ・ 20	さつま芋ガレット 牛乳	牛乳	小麦粉(代替) ・さつま芋		224	7.2	10.1	0.2
水	7 ・ 21	菓子・果物 牛乳	牛乳	菓子	ルビー	182	6.1	8.4	0.3
木	8	わかめおにぎり 牛乳	牛乳	米	わかめ	208	6.8	6.0	0.4
金	9 ・ 23	菓子 牛乳	牛乳	菓子(代替)		164	6.2	6.6	0.2
土	10 ・ 24	菓子・バナナ 牛乳	牛乳	菓子	バナナ	169	6.3	5.9	0.3
月	26	シュー生地トースト 牛乳	牛乳	食パン・マーガリン(除去)		198	7.7	7.0	0.5
火	13 ・ 27	じゃがバター 牛乳	牛乳	バター	じゃが芋	157	6.0	8.2	0.2
水	14 ・ 28	ココアプリン 牛乳	牛乳	ココア		240	9.2	10.6	0.3
木	15 ・ 29	ポンデケージョ 牛乳	牛乳・粉チーズ	小麦粉・油		308	12.3	13.3	0.8
金	16 ・ 30	リンゴトースト 牛乳	牛乳	食パン(代替)・砂糖	りんご	248	7.7	7.0	0.5
土	17 ・ 31	菓子・オレンジ 牛乳	牛乳	菓子	バナナ	192	6.4	5.9	0.3
誕生日会	22	バースデーパルフェ 牛乳	牛乳	小麦粉(代替)・生クリーム	りんご・みかん缶	297	10.2	13.4	0.7

*食材購入等の事情により、献立を一部変更する場合があります。宜しくお願ひ致します。

*献立表横のエネルギー・蛋白質・脂質・食塩は幼児の摂取量になります。

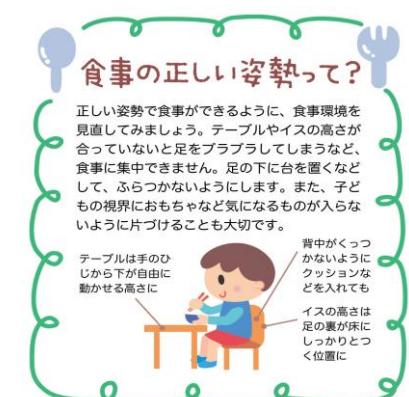
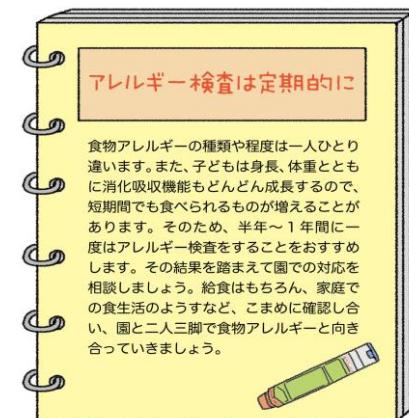
*献立名の赤字はアレルギー除去食および代替食です。

*乳児は10時に牛乳と菓子を食べます。

園における基準量		
乳児	幼児	幼児
エネルギー	525kcal	610kcal
蛋白質	18.0g	21.0g
脂質	16.0g	18.0g
食塩	2.0g	2.0g
	0.3g	



「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。こどもの意味がわからない赤ちゃんでも、けじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。



背中がくっつかないよう、クッションなどを入れても
イスの高さは足の裏が床にしっかりとつく位置に

今月のレシピ：ポンデケージョ

★材料(幼児1人分)

- ・小麦粉…20g・食塩…0.1g
- ・粉チーズ…5g・ベーキングパウダー…0.5g
- ・油…1.6g・牛乳…16ml・バター…3g

★作り方

- ①電子レンジでバターを完全に溶かし油と牛乳と混ぜ合わせる。
- ②別のボウルに小麦粉・食塩・ベーキングパウダーを混ぜ合わせる。
- ③②と①と粉チーズをしっかりと混ぜ合わせる。
- ④等分に切り分け丸め、鉄板に並べる。
- ⑤180°Cで12~15分ほど焼いて完成。
※フライパンで焼く場合は弱火で10分蒸し焼きにして、焼けたら裏返して6分蒸し焼きにして完成。