

都賀せいわ保育園

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量			
		エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g
3~5歳	585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	605	24.8	19.3	87.6
1~2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	490	20.3	16.2	69.6

年齢	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3~5歳	587	20.0	18.8	87.8	1.4
1~2歳	477	16.7	15.8	70.0	1.2

年齢	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3~5歳	649	24.0	19.4	94.9	1.4
1~2歳	525	20.0	16.0	80.5	0.7

年齢	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3~5歳	649	24.0	19.4	94.9	1.4
1~2歳	525	20.0	16.0	80.5	0.7

*当園では午前おやつ^①の提供はしていません。
(1, 2歳児のみに牛乳を提供しております。)

食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、虫歯予防や消化の負担が減り、お腹に良くとお腹にいられます。



※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。3色食品群に分類されない食材は、「3色食品群以外の使用食材」に記載しております。
※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りません。また、コンタミ等のアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認ください。
※都合により、献立を変更する場合がございます。
※1~2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつ^②の合計栄養価になります。

タイムハイ(株) 店舗サポーター 林奈美 1年保証

あけましておめでとうございます
本年もよろしくお楽しみください!





都賀せいわ保育園

離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)			
		昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
		1月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・れんこん・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・大根・人参	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト
2月	かゆ 助宗タラとさつまいものほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・さつまいも・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 カリフラワーとチンゲン菜のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・カリフラワー・チンゲン菜・じゃが芋・焼ふ・醤油	かゆ 助宗タラとさつまいものほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・さつまいも・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 カリフラワーとチンゲン菜のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・カリフラワー・チンゲン菜・じゃが芋・焼ふ・醤油	かゆペースト さつまいもペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・さつまいも・キャベツ・人参・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト カリフラワー・チンゲン菜ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・カリフラワー・チンゲン菜・じゃが芋	
3月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワカメ	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワカメ	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・かぶ・人参・玉ねぎ	
4月	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参とれんこんのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・人参・れんこん・ほうれん草・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・人参・ほうれん草・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・ほうれん草	
5月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・小松菜・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・小松菜・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・かぶ	かゆペースト 人参・キャベツペースト かぼちゃペースト	おかゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ	
6月	かゆ 白糸タラとほうれん草のくたくた煮 大根と人参のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・片栗粉・豆腐・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラとほうれん草のくたくた煮 大根と人参のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・片栗粉・豆腐・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト 豆腐・玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・大根・人参・豆腐・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・じゃが芋	
7月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー・人参・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ソメソメ・醤油	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー・人参・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ソメソメ・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト カリフラワー・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・カリフラワー・人参・かぶ	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参	
8月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほくほく煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろとろ煮 ほうれん草と人参のサラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほくほく煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろとろ煮 ほうれん草と人参のサラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参	かゆペースト かぼちゃペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・かぼちゃ・大根・人参・玉ねぎ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・人参	
9月	かゆ くたくた鶏うどん じゃが芋のマッシュ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト かぶペースト	おかゆ・人参・小松菜・かぶ	
10月	かゆ 白糸タラとほうれん草のみそ煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラとほうれん草のみそ煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・豆腐・オレンジ	かゆペースト 白菜・玉ねぎペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・大根	
11月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・小松菜・りんご	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 トマトサラダ ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・小松菜・りんご	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 キャベツとかぶのサラダ ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参ペースト キャベツ・かぶペースト 小松菜ペースト・りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぶ・小松菜・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト トマトペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト	
12月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・白菜・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草のトコトコ煮 さつまいもとなすのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・なす・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草のトコトコ煮 さつまいもとなすのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・なす・ワカメ	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・白菜・人参・バナナ	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト さつまいもペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・さつまいも	
13月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・かぼちゃ・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・かぼちゃ・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜・人参ペースト 大根・かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・かぼちゃ	かゆペースト キャベツペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんごペースト	おかゆ・キャベツ・かぶ・人参・玉ねぎ・りんご	
14月	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 さつまいものマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・さつまいも・出し汁・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 さつまいものマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・さつまいも・出し汁・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・味噌	かゆペースト 野菜のトマトペースト さつまいもペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・さつまいも	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト じゃが芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・じゃが芋・豆腐	
15月	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・きゅうり・小松菜・ソメソメ・醤油	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・きゅうり・小松菜・ソメソメ・醤油	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油・りんご	かゆペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・大根・人参・小松菜	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト・りんごペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・かぶ・りんご	

