

日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質/塩分()は未測定	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ(乳児)	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
01土	クリームチーズサンド、野菜ポトフ、バナナ	466.6(409.7) 14.2(14.3) 12.6(13.0) 2.0(1.9)	食パン、砂糖	◎ヨーグルト(加糖)、◎チーズ、ウインナー、クリームチーズ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ	しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶、ベビーチーズ	麦茶、菓子、ヨーグルト	
03月	塊さんドライカレー、ジャックのおまめぼたけ、ベビーチーズ	655.6(583.0) 23.7(19.9) 28.0(22.6) 2.0(1.6)	米、○小麦粉、○グラニュー糖、油、砂糖、ごま油	豚ひき肉、チーズ、◎ヨーグルト(無糖)、◎バター、ツナ油漬缶、だいず水煮、脱脂粉乳、すりごま	たまねぎ、こまつな、にんじん、ピーマン、◎いちごジャム、グリーンピース、にんにく	カレールー、酢、しょうゆ	麦茶、菓子	麦茶、スコーン	豆まき
04火	納豆ご飯、はんぺんのチーズ揚げ、キャベツと竹輪のごま和え、わかめのみそ汁	548.8(497.5) 22.7(19.1) 10.2(8.3) 2.5(2.0)	米、○小麦粉、小麦粉、○砂糖、押麦、油、砂糖、焼ふ	はんぺん、納豆、○牛乳、ちくわ、チーズ、◎スキムミルク、みそ、白ごま	キャベツ、にんじん、○干しぶどう、カットわかめ、あおのり	しょうゆ、煮干しだし汁	麦茶、菓子	スキムミルク、レーズン蒸しパン	
05水	手作りピザ(幼児)、いちごジャムサンド、米粉のシチュー、きのこキャベツのサラダ	711.6(394.6) 24.2(12.4) 21.8(11.7) 2.5(1.0)	強力粉(幼児)、じゃがいも、○米、食パン、上新粉(幼児)、三温糖(幼児)、○油、油、砂糖、○ごま油、○砂糖	牛乳、ウインナー(幼児)、鶏もも小間切れ、○豚ひき肉、とろけるチーズ(幼児)、ツナ油漬缶、バター	◎バナナ、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう、しめじ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、いちごジャム、○にら	しょうゆ、○しょうゆ、酢、食塩、コンソメ	麦茶、バナナ	麦茶、中華風ご飯	幼児ピザ作り
06木	五目みそうどん、鶏つくね、切干大根のサラダ	528.0(438.9) 25.2(20.4) 16.3(13.1) 2.0(1.6)	ゆでうどん、○米、○パン粉、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、○油	鶏ももひき肉、豆腐、○豚ひき肉、鶏むねひき肉、◎スキムミルク、なると、ベーコン、○とろけるチーズ、みそ	◎みかん、キャベツ、◎たまねぎ、ごぼう、にんじん、たまねぎ、ねぎ、◎にんじん、切り干しだいこん	しょうゆ、○ケチャップ、みりん、料理酒、◎コンソメ、酢、食塩、かつおだし汁	麦茶、みかん	スキムミルク、ライスロケット	
07金	ご飯(麦入り)、まぐろのかんろ煮、白菜のお浸し、かぶのみそ汁	528.6(516.5) 23.7(23.6) 15.7(14.1) 1.9(1.9)	米、押麦、片栗粉、砂糖、油、○食パン、○クリームパン	◎牛乳、かじき、みそ、油揚げ、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)、◎スキムミルク	はくさい、かぶ、かぶ・菜、もやし、にんじん、しょうが、○ブルーベリージャム	しょうゆ、かつおだし汁、煮干しだし汁	スキム入り飲むヨーグルト	牛乳、クリームパン(幼児)、ブルーベリージャムパン(乳児)	
08土	焼きうどん、わかめスープ、バナナ	451.0(397.2) 14.6(14.5) 11.6(11.9) 2.3(2.2)	ゆでうどん、ごま油	◎ヨーグルト(加糖)、豚小間切れ、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、カットわかめ	しょうゆ、みりん、コンソメ、食塩	麦茶、ベビーチーズ	麦茶、菓子、ヨーグルト	
10月	ご飯(麦入り)、鶏肉のマーマレード焼き、ひじきとキャベツのサラダ、白菜のみそ汁	586.3(533.9) 25.2(24.4) 14.9(15.8) 2.3(2.3)	米、押麦、マヨネーズ	◎ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、みそ、ベーコン、油揚げ、◎チーズ	はくさい、キャベツ、マーマレード、えのきたけ、コーン缶、ひじき、にんにく	しょうゆ、料理酒、食塩、煮干しだし汁	麦茶、ベビーチーズ	麦茶、菓子、ヨーグルト	
12水	シュガーバターサンド、ピーンスープ、コンソメサラダ	532.4(431.8) 17.0(13.2) 18.3(14.4) 2.1(1.6)	食パン、○米、ピーン、油、砂糖、○砂糖	◎牛乳、豚ひき肉、バター、◎みそ、○白ごま	◎バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、チンゲンサイ、きゅうり、ブロッコリー、コーン缶	しょうゆ、酢、◎みりん、食塩、コンソメ	麦茶、バナナ	牛乳、みそ焼きおにぎり	
13木	ピラフ、鶏の香り揚げ、ツナサラダ、玉ねぎとしめじのスープ	600.2(500.1) 19.1(15.3) 20.1(16.2) 1.8(1.4)	米、○小麦粉、片栗粉、○砂糖、油、○油、砂糖	鶏もも肉、○豆乳、○豆乳クリーム、ツナ油漬缶、ウインナー、バター	◎オレンジ果汁100%飲料、トマト、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、◎みかん缶、しめじ、◎バナナ、にんにく、しょうが、◎りんご	しょうゆ、酢、みりん、食塩、コンソメ	りんご	オレンジジュース、フルーツ蒸しパン	お誕生日会
14金	ご飯(麦入り)、鮭の西京焼き、切干大根の炒め煮、ほうれん草のすまし汁	650.1(577.4) 29.9(27.5) 25.1(22.6) 2.0(1.6)	米、○砂糖、押麦、油、砂糖、○小麦粉	◎豆乳、さけ、◎おから、豆腐、油揚げ、みそ、◎豆乳クリーム、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)、◎スキムミルク、ココアパウダー	にんじん、ほうれんそう、切り干しだいこん、さやえんどう、干しいたけ	しょうゆ、みりん、料理酒、食塩、かつおだし汁	スキム入り飲むヨーグルト	牛乳、おからのココアケーキ	
15土	ツナスパゲティ、キャベツのスープ、バナナ	565.9(507.3) 21.2(20.5) 17.4(17.1) 1.7(1.7)	スパゲティ、油、砂糖	◎ヨーグルト(加糖)、ツナ油漬缶、◎チーズ、ベーコン、粉チーズ	バナナ、トマトピューレ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ピーマン	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶、ベビーチーズ	麦茶、菓子、ヨーグルト	
17月	ご飯(麦入り)、豚肉のしょうが焼き、キャベツと胡瓜の昆布和え、なめこわかめのみそ汁	498.0(411.4) 20.1(16.1) 14.7(11.8) 1.7(1.4)	米、押麦、油、砂糖	◎ヨーグルト(加糖)、豚こま切れ、みそ	◎みかん、たまねぎ、キャベツ、なめこ、こまつな、にんじん、きゅうり、ピーマン、ねぎ、塩こんぶ、しょうが	しょうゆ、料理酒、食塩、煮干しだし汁	麦茶、みかん	麦茶、菓子、ヨーグルト	
18火	ご飯(麦入り)、ぶりの照り焼き、ひじきの煮物、大根のみそ汁	548.6(496.9) 25.1(21.1) 15.1(12.3) 2.1(1.7)	米、○小麦粉、○砂糖、押麦、砂糖、油	ぶり、◎牛乳、みそ、だいず水煮、油揚げ、◎スキムミルク	だいこん、にんじん、しめじ、◎ほうれんそう、こまつな、ひじき、いんげん	しょうゆ、みりん、料理酒、煮干しだし汁、かつおだし汁	麦茶、菓子	麦茶、ほうれん草の蒸しパン	幼児・あひるお弁当の日
19水	ブルーベリージャムサンド、野菜のスキムクリーム煮、胡瓜とごぼうのサラダ	580.1(471.2) 18.4(14.4) 19.7(15.5) 1.7(1.3)	食パン、○米、じゃがいも、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、○砂糖	◎牛乳、◎鶏むねひき肉、ベーコン、スキムミルク、バター、すりごま	◎バナナ、きゅうり、ごぼう、ブルーベリージャム、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、ほうれんそう	○しょうゆ、◎料理酒、しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶、バナナ	牛乳、そぼろおにぎり	
20木	トマトときのこのクリームスパゲティ、厚揚げのサラダ、根菜のスープ	525.4(451.9) 17.9(14.9) 16.3(13.1) 1.9(1.5)	○米、スパゲティ、じゃがいも、油、○砂糖、砂糖、ごま油、◎じゃがいも	◎牛乳、生揚げ、◎鶏もも小間切れ、ベーコン、生クリーム	たまねぎ、にんじん、もやし、だいこん、しめじ、トマトピューレ、きゅうり、○しめじ、◎ごぼう、◎にんじん	ケチャップ、しょうゆ、○しょうゆ、酢、◎料理酒、◎みりん、食塩、コンソメ、◎かつおだし汁	麦茶、ゆでじゃが	牛乳、鶏ごぼろはん	
21金	野菜あんかけラーメン、レバーのごま味噌和え、パイン入り甘酢	518.4(474.5) 25.1(23.7) 9.2(9.9) 1.7(1.5)	ゆで中華めん、○米、片栗粉、砂糖、油	豚レバー、豚小間切れ、◎スキムミルク、なると、みそ、白ごま、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)、◎スキムミルク	キャベツ、たまねぎ、もやし、パイン缶、きゅうり、にんじん、◎こんぶ佃煮、しょうが	中華スープ、みりん、しょうゆ、酢、食塩、鶏ガラ、コンソメ	スキム入り飲むヨーグルト	スキムミルク、ごま昆布おにぎり	
22土	いちごバターサンド、キャベツのトマトスープ、バナナ	465.9(409.1) 13.4(13.6) 13.9(14.0) 1.9(1.8)	食パン	◎ヨーグルト(加糖)、◎チーズ、ウインナー、バター	バナナ、キャベツ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、エリンギ、いちごジャム	ケチャップ、コンソメ、食塩	麦茶、ベビーチーズ	麦茶、菓子、ヨーグルト	
25火	チーズカレー、パンサンズ、キルト	711.6(616.7) 22.1(18.2) 23.2(18.4) 2.7(2.1)	米、○食パン、じゃがいも、押麦、はるさめ、◎ねりごま、砂糖、油、○砂糖、ごま油	◎牛乳、乳酸菌飲料、鶏もも肉、卵、ベーコン、グリーンピース、とろけるチーズ、スキムミルク、◎バター	たまねぎ、きゅうり、にんじん、もやし、にんにく	カレールー、酢、しょうゆ	麦茶、菓子	牛乳、黒ごまトースト	
26水	たまごサンド、ワンタンスープ、もやしサラダ	543.0(438.8) 20.8(16.7) 16.7(13.5) 1.9(1.5)	マーガリンロール、○米、ワンタンの皮、マヨネーズ、○砂糖、ごま油、砂糖	卵、豚ひき肉、◎スキムミルク、○きな粉	もやし、トマト、キャベツ、にんじん、しめじ、きゅうり、ねぎ、こまつな、◎みかん、パセリ	しょうゆ、酢、食塩、コンソメ、○食塩	麦茶、みかん	スキムミルク、きな粉おにぎり	
27木	海老焼きそば、酸味スープ、切干大根の甘酢和え	547.8(469.8) 18.2(15.2) 20.1(16.1) 2.3(1.9)	焼きそばめん、○小麦粉、えび、○油、○砂糖、砂糖、◎グラニュー糖、油、ごま油、◎じゃがいも	◎牛乳、豆腐、卵、豚小間切れ、◎おから、なると、◎バター、すりごま	キャベツ、にんじん、もやし、切り干しだいこん、ねぎ、きゅうり、干しいたけ、あおのり	焼きそばソース、しょうゆ、酢、コンソメ、食塩	麦茶、ゆでじゃが	牛乳、おからドーナツ	
28金	ご飯(麦入り)、豆腐ハンバーグ、野菜ソテー、さつまいものみそ汁	434.2(407.2) 14.8(15.5) 8.7(9.6) 1.3(1.1)	米、さつまいも、○砂糖、押麦、パン粉、油、砂糖	豆腐、鶏ももひき肉、◎牛乳、みそ、バター、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)、◎スキムミルク	キャベツ、◎みかん缶、にんじん、たまねぎ、コーン缶、えのきたけ、ねぎ、◎かんでん(粉)、しょうが	ケチャップ、中濃ソース、食塩、煮干しだし汁	スキム入り飲むヨーグルト	麦茶、牛乳かんてん	
29土	焼きうどん、わかめスープ、バナナ	451.0(397.2) 14.6(14.5) 11.6(11.9) 2.3(2.2)	ゆでうどん、ごま油	◎ヨーグルト(加糖)、豚小間切れ、◎チーズ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、カットわかめ	しょうゆ、みりん、コンソメ、食塩	麦茶、ベビーチーズ	麦茶、菓子、ヨーグルト	

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

0歳児の完丁食・乳児食
ベビーチーズ⇒菓子(ハイハイ・マンナ)
押し麦⇒使用していません