

日付	献立	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ
		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 水	味噌うどん、鶏つくね、ポテトサラダ	うどん、○米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、片栗粉、砂糖、◎さつまいも	鶏ももひき肉、押し豆腐、豚肩小間切れ、みそ、ハム、いわし(煮干し)	たまねぎ、もやし、きゅうり、にんじん、○コーン缶、ねぎ	しょうゆ、酒、かつおだし汁	麦茶、さつまいも	麦茶、コーン入り粥
02 木	ケチャップ入り軟飯、きゃべつと鶏としめじのスープ、煮いちごと煮みかん	米、○米	ウインナー、○ささみ、鶏もも小間切れ	たまねぎ、いちご、キャベツ、みかん缶、きゅうり、しめじ、にんじん、ブロッコリー、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ささみ入り粥
07 火	軟飯、豚肉とキャベツの味噌炒め、チンゲン菜のスープ	米、○スパゲティ、○油、砂糖、○砂糖、片栗粉	豚肩小間切れ、○ウインナー、白みそ	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、○たまねぎ、もやし、にんじん、チンゲンサイ、ピーマン、○にんじん、○トマトピューレ、○ピーマン、◎バナナ	○ケチャップ、しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ナポリタン
08 水	食パン、ごま豆乳スープ、かぼちゃのサラダ	食パン、○米、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖、◎さつまいも	豆乳、豚肩小間切れ、○鶏むねひき肉、白みそ、すりごま	かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、こまつな、ピーマン、しめじ、ねぎ	ケチャップ、○しょうゆ、○酒	麦茶、さつまいも	麦茶、そぼろ入り軟飯
09 木	軟飯、豆腐ハンバーグ、きのこキャベツと長ねぎのスープ	米、○小麦粉、○砂糖、パン粉、砂糖、○油	鶏ももひき肉、押し豆腐、豚ひき肉、○調製豆乳	キャベツ、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、ねぎ、◎バナナ	しょうゆ、ケチャップ、○ペーキングパウダー、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、蒸しパン
10 金	野菜うどん、レバーのごま味噌和え(油抜き)、煮みかん	うどん、○米、片栗粉、油、砂糖、◎ハイハイ	豚レバー(スライス)、豚肩小間切れ、白みそ、白ごま、○しらす	みかん缶、たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ	しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、菓子	麦茶、しらす入り粥
13 月	軟飯、鶏の照り焼きとアスパラのごま和え、のっぺい汁	米、○小麦粉、さといも、○砂糖、○油、砂糖、○グラニュー糖、片栗粉	鶏もも肉、すりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	だいこん、にんじん、グリーンアスパラガス、○ほうれんそう、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、○ペーキングパウダー、食塩	飲むヨーグルト	麦茶、ほうれん草の蒸しパン
14 火	そぼろ軟飯、切干大根の炒め煮、南瓜のみそ汁	米、○いちごジャム、油、砂糖、ごま油、○食パン	鶏むねひき肉、白みそ、いわし(煮干し)、白ごま	こまつな、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、いんげん、しょうが、干しいたけ、◎バナナ	しょうゆ、みりん、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ジャムパン
15 水	食パン、野菜スープ、煮みかん	食パン、じゃがいも、○米、大豆マヨネーズ、○油、○ごま油、○砂糖、油、砂糖、◎さつまいも	豚肩小間切れ、○豚ひき肉、だいた水煮	みかん缶、たまねぎ、にんじん、○にら	ケチャップ、しょうゆ、○しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、さつまいも	麦茶、中華風粥
16 木	煮込みうどん、肉団子と野菜の和え物	ゆでうどん、○米、砂糖、○砂糖	豚ひき肉、鶏むね小間切れ、○白ごま、すりごま	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、ねぎ、◎バナナ	しょうゆ、みりん、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ささみ入り粥
17 金	にんじん入り粥、かじきともやしの和え物、キャベツのみそ汁	米、◎ハイハイ、○りんごジャム、○食パン	かじき、白みそ、いわし(煮干し)、すりごま	もやし、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、にんじん	しょうゆ、○ペーキングパウダー、かつおだし汁	麦茶、菓子	麦茶、ジャムパン
20 月	軟飯、豆腐ハンバーグ、きのこキャベツと長ねぎのスープ	米、○小麦粉、○砂糖、パン粉、砂糖、○油	鶏ももひき肉、押し豆腐、豚ひき肉、○調製豆乳	キャベツ、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、ねぎ、◎バナナ	しょうゆ、ケチャップ、○ペーキングパウダー、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、蒸しパン
21 火	軟飯、豚肉とキャベツの味噌炒め、チンゲン菜のスープ	米、○スパゲティ、○油、砂糖、○砂糖、片栗粉	豚肩小間切れ、○ウインナー、白みそ	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、○たまねぎ、もやし、にんじん、チンゲンサイ、ピーマン、○にんじん、○トマトピューレ、○ピーマン、◎バナナ	○ケチャップ、しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ナポリタン
22 水	食パン、ごま豆乳スープ、かぼちゃのサラダ	食パン、○米、大豆マヨネーズ、○砂糖、砂糖、◎さつまいも	豆乳、豚肩小間切れ、○鶏むねひき肉、白みそ、すりごま	かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、こまつな、ピーマン、しめじ、ねぎ	ケチャップ、○しょうゆ、○酒	麦茶、さつまいも	麦茶、そぼろ入り軟飯
23 木	野菜うどん、レバーのごま味噌和え(油抜き)、煮みかん	うどん、○米、片栗粉、油、砂糖、◎ハイハイ	豚レバー(スライス)、豚肩小間切れ、白みそ、白ごま、○しらす	みかん缶、たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ	しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、菓子	麦茶、しらす入り粥
24 金	野菜入り軟飯、コールスローサラダ、わかめスープ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、○油、大豆マヨネーズ、○グラニュー糖、油、砂糖、◎ハイハイ	豚肩小間切れ、スキムミルク、グリーンピース、○牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、○ほうれんそう、コーン缶、カットわかめ	しょうゆ、○ペーキングパウダー、酢、かつおだし汁	麦茶、菓子	麦茶、ほうれん草の蒸しパン
27 月	軟飯、鶏の照り焼きとアスパラのごま和え、のっぺい汁	米、○小麦粉、さといも、○砂糖、○油、砂糖、○グラニュー糖、片栗粉	鶏もも肉、すりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	だいこん、にんじん、グリーンアスパラガス、○ほうれんそう、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、○ペーキングパウダー、食塩	飲むヨーグルト	麦茶、菓子、カップヨーグルト
28 火	そぼろ軟飯、切干大根の炒め煮、南瓜のみそ汁	米、○いちごジャム、油、砂糖、ごま油、◎食パン	鶏むねひき肉、白みそ、いわし(煮干し)、白ごま	こまつな、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、いんげん、しょうが、干しいたけ、◎バナナ	しょうゆ、みりん、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ジャムパン
29 水	食パン、野菜スープ、煮みかん	食パン、じゃがいも、○米、大豆マヨネーズ、○油、○ごま油、○砂糖、油、砂糖、◎さつまいも	豚肩小間切れ、○豚ひき肉、だいた水煮	みかん缶、たまねぎ、にんじん、○にら	ケチャップ、しょうゆ、○しょうゆ、かつおだし汁	麦茶、さつまいも	麦茶、中華風粥
30 木	煮込みうどん、肉団子と野菜の和え物	ゆでうどん、○米、砂糖、○砂糖	豚ひき肉、鶏むね小間切れ、○白ごま、すりごま	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、ねぎ、◎バナナ	しょうゆ、みりん、かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ささみ入り粥
31 金	にんじん入り粥、かじきともやしの和え物、キャベツのみそ汁	米、◎ハイハイ、○りんごジャム、○食パン	かじき、白みそ、いわし(煮干し)、すりごま	もやし、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、にんじん	しょうゆ、○ペーキングパウダー、かつおだし汁	麦茶、菓子	麦茶、ジャムパン

都合により献立が変更になる場合があります。

日付	献立	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ
		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 水	煮込みうどん、じゃがいもときゅうりとにんじんのマッシュ	うどん、○米、じゃがいも、片栗粉、◎さつまいも	押し豆腐、いわし(煮干し)、○しらす	たまねぎ、もやし、きゅうり、にんじん	かつおだし汁	麦茶、さつまいものマッシュ	麦茶、しらす入り粥
02 木	野菜入り粥、きゃべつとたまねぎのスープ、煮いちごと煮みかん	米、○米	○ささみ	たまねぎ、いちご、キャベツ、みかん缶、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ささみ入り粥
07 火	おかゆ、ささみとキャベツときゅうり、チンゲン菜とにんじんとたまねぎのスープ	米、○スパゲティ、片栗粉	ささみ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、◎たまねぎ、もやし、チンゲンサイ、○にんじん、○トマトピューレ、○ピーマン、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、スープナポリタン風
08 水	ミルクパン粥、かぼちゃときゅうりのマッシュ、豆乳スープ	食パン、○米、◎さつまいも	豆乳、ささみ	かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、だいこん、きゅうり、○にんじん、こまつな	かつおだし汁	麦茶、さつまいものマッシュ	麦茶、にんじん入り粥
09 木	おかゆ、豆腐とささみとたまねぎのぼつてり煮、キャベツのスープ	米、○小麦粉、パン粉	ささみ、押し豆腐	キャベツ、たまねぎ、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ミルクパン粥
10 金	野菜うどん、煮みかん	うどん、○米、片栗粉、◎ハイハイ	しらす、○きなこ	みかん缶、たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、きなこ入り粥
13 月	おかゆ、ささみとアスパラとにんじんのぼつてり煮、だいこんと里芋のスープ	米、○小麦粉、さといも、片栗粉	ささみ、◎ハイハイ	だいこん、にんじん、グリーンアスパラガス、○ほうれんそう	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、ほうれん草入りパン粥
14 火	おかゆ、にんじんといんげんとじゃがいものぼつてり煮、南瓜と小松菜の汁	米、○食パン	ささみ、いわし(煮干し)	こまつな、かぼちゃ、にんじん、いんげん、じゃがいも、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ミルクパン粥
15 水	ミルクパン粥、大豆とたまねぎとにんじんのスープ、煮みかん	食パン、じゃがいも、○米、◎さつまいも	○ささみ、だいた水煮	みかん缶、たまねぎ、にんじん	かつおだし汁	麦茶、さつまいものマッシュ	麦茶、ささみ入り粥
16 木	煮込みうどん、たまねぎと小松菜とにんじんのぼつてり煮	ゆでうどん、○米	しらす	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ささみ入り粥
17 金	にんじん入り粥、かれいともやしときゅうりのぼつてり煮、キャベツの汁	米、◎ハイハイ、○食パン	かじき、いわし(煮干し)	もやし、きゅうり、キャベツ、にんじん	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、ミルクパン粥
20 月	おかゆ、豆腐とささみとたまねぎのぼつてり煮、キャベツのスープ	米、○小麦粉、○食パン	ささみ、押し豆腐	キャベツ、たまねぎ、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ミルクパン粥
21 火	おかゆ、ささみとキャベツときゅうり、チンゲン菜とにんじんとたまねぎのスープ	米、○スパゲティ、片栗粉	ささみ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、◎たまねぎ、もやし、チンゲンサイ、○にんじん、○トマトピューレ、○ピーマン、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、スープナポリタン風
22 水	ミルクパン粥、かぼちゃときゅうりのマッシュ、豆乳スープ	食パン、○米、◎さつまいも	豆乳、ささみ	かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、だいこん、きゅうり、○にんじん、こまつな	かつおだし汁	麦茶、さつまいものマッシュ	麦茶、にんじん入り粥
23 木	野菜うどん、煮みかん	うどん、○米、片栗粉、◎ハイハイ	しらす、○きなこ	みかん缶、たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、きなこ入り粥
24 金	野菜入り粥、きゃべつとにんじんのぼつてり煮、たまねぎとわかめのスープ	米、じゃがいも、○小麦粉、◎ハイハイ	ささみ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、○ほうれんそう、カットわかめ	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、ほうれん草入りパン粥
27 月	おかゆ、ささみとアスパラとにんじんのぼつてり煮、だいこんと里芋のスープ	米、○小麦粉、さといも、片栗粉	ささみ、◎ハイハイ	だいこん、にんじん、グリーンアスパラガス、○ほうれんそう	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、菓子、カップヨーグルト
28 火	おかゆ、にんじんといんげんとじゃがいものぼつてり煮、南瓜と小松菜の汁	米、○食パン	ささみ、いわし(煮干し)	こまつな、かぼちゃ、にんじん、いんげん、じゃがいも、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ミルクパン粥
29 水	ミルクパン粥、大豆とたまねぎとにんじんのスープ、煮みかん	食パン、じゃがいも、○米、◎さつまいも	○ささみ、だいた水煮	みかん缶、たまねぎ、にんじん	かつおだし汁	麦茶、さつまいものマッシュ	麦茶、ささみ入り粥
30 木	煮込みうどん、たまねぎと小松菜とにんじんのぼつてり煮	ゆでうどん、○米	しらす	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、◎バナナ	かつおだし汁	麦茶、煮バナナ	麦茶、ささみ入り粥
31 金	にんじん入り粥、かれいともやしときゅうりのぼつてり煮、キャベツの汁	米、◎ハイハイ、○食パン	かじき、いわし(煮干し)	もやし、きゅうり、キャベツ、にんじん	かつおだし汁	麦茶、ハイハイ	麦茶、ミルクパン粥

*都合により献立が変更になる場合があります。

食後必要に応じて育児用ミルクを飲ませています。

(牛乳・スキムミルクについては1才をすぎたからご家庭の状況に踏まえて進めていきます。)

2024年05月

献立表

初期

日付	献立	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ
		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 水	煮込みうどん、じゃがいもときゅうり りとにんじんのマッシュ	うどん、じゃがいも、片栗粉	押し豆腐、いわし(煮干し)、 〇しらす	たまねぎ、きゅうり、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク
02 木	野菜入り粥、きゃべつとたまねぎ のスープ	米		たまねぎ、キャベツ、きゅう り、にんじん、ブロッコリー	かつおだし汁	ミルク	ミルク
07 火	おかゆ、キャベツときゅうりの ペースト、にんじんとたまねぎの スープ	米、片栗粉		たまねぎ、にんじん、きゅう り、キャベツ	かつおだし汁	ミルク	ミルク
08 水	ミルクパン粥、かぼちゃときゅうり のマッシュ、豆乳スープ	食パン	豆乳	かぼちゃ、はくさい、たまね ぎ、だいこん、きゅうり、こま つな	かつおだし汁	ミルク	ミルク
09 木	おかゆ、豆腐とたまねぎのペー スト、キャベツのスープ	米、パン粉	押し豆腐	キャベツ、たまねぎ	かつおだし汁	ミルク	ミルク
10 金	野菜うどん、さつまいものマッ シュ	うどん、片栗粉、さつまいも	しらす	たまねぎ、にんじん、キャベ ツ	かつおだし汁	ミルク	ミルク
13 月	おかゆ、にんじんとほうれんそう のペースト、だいこんのスープ	米、片栗粉、さつまいも		だいこん、にんじん、ほうれ んそう	かつおだし汁	ミルク	ミルク
14 火	おかゆ、にんじんとじゃがいもの ペースト、南瓜と小松菜の汁	米	いわし(煮干し)	こまつな、かぼちゃ、にんじ ん、じゃがいも	かつおだし汁	ミルク	ミルク
15 水	ミルクパン粥、さつまいものマッ シュ、たまねぎとにんじんのスー プ	食パン、じゃがいも、さつま いも		たまねぎ、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク
16 木	煮込みうどん、たまねぎと小松菜 とにんじんのペースト	ゆでうどん	しらす	キャベツ、たまねぎ、こまつ な、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク
17 金	にんじん入り粥、かれいときゅう りのペースト、キャベツの汁	米	かれい、いわし(煮干し)	きゅうり、キャベツ、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク
20 月	おかゆ、豆腐とたまねぎのペー スト、キャベツのスープ	米	押し豆腐	キャベツ、たまねぎ	かつおだし汁	ミルク	ミルク
21 火	おかゆ、キャベツときゅうりの ペースト、にんじんとたまねぎの スープ	米、片栗粉		たまねぎ、にんじん、きゅう り、キャベツ	かつおだし汁	ミルク	ミルク
22 水	ミルクパン粥、かぼちゃときゅうり のマッシュ、豆乳スープ	食パン	豆乳	かぼちゃ、はくさい、たまね ぎ、だいこん、きゅうり、こま つな	かつおだし汁	ミルク	ミルク
23 木	野菜うどん、さつまいものマッ シュ	うどん、片栗粉、さつまいも	しらす	たまねぎ、にんじん、キャベ ツ	かつおだし汁	ミルク	ミルク
24 金	野菜入り粥、きゃべつとにんじん のペースト、たまねぎとほうれん そうのスープ	米、じゃがいも、〇小麦粉、 ◎ハイハイ		たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、ほうれんそう	かつおだし汁	ミルク	ミルク
27 月	おかゆ、にんじんとほうれんそう のペースト、だいこんのスープ	米、片栗粉、さつまいも		だいこん、にんじん、ほうれ んそう	かつおだし汁	ミルク	ミルク
28 火	おかゆ、にんじんとじゃがいもの ペースト、南瓜と小松菜の汁	米	いわし(煮干し)	こまつな、かぼちゃ、にんじ ん、じゃがいも	かつおだし汁	ミルク	ミルク
29 水	ミルクパン粥、さつまいものマッ シュ、たまねぎとにんじんのスー プ	食パン、じゃがいも、さつま いも		たまねぎ、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク
30 木	煮込みうどん、たまねぎと小松菜 とにんじんのペースト	ゆでうどん、〇米	しらす	キャベツ、たまねぎ、こまつ な、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク
31 金	にんじん入り粥、かれいときゅう りのペースト、キャベツの汁	米	かれい、いわし(煮干し)	きゅうり、キャベツ、にんじん	かつおだし汁	ミルク	ミルク

*都合により献立が変更になる場合があります。

食後必要に応じて育児用ミルクを飲ませています。

(牛乳・スキムミルクについては1才を過ぎてからご家庭の状況に踏まえて進めていきます。)

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	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 水	味噌ラーメン、鶏つくね、ポテトサラダ	544.2(479.3) 25.0(20.6) 19.6(16.0) 1.8(1.5)	ゆで中華めん、○米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油、◎さつまいも	○牛乳、鶏ももひき肉、押し豆腐、豚肩小間切れ、白みそ、ハム、いわし(煮干し)、バター	たまねぎ、もやし、きゅうり、にんじん、○コーン缶、コーン缶、ねぎ	中華スープ、みりん、しょうゆ、○しょうゆ、酒、○みりん、食塩	麦茶、さつまいも	牛乳、とうもろこしのおにぎり	
02 木	鯉のぼりオムライス、フレンチサラダ、鶏としめじのスープ、いちご	537.4(464.5) 18.4(15.4) 16.1(12.7) 1.9(1.5)	米、○米、油、砂糖、○砂糖	卵、ウインナー、○豚肉(肩ロース)、○スキムミルク、鶏もも小間切れ、バター、○干しえび	たまねぎ、いちご、キャベツ、みかん缶、きゅうり、しめじ、にんじん、○にんじん、ブロッコリー、干しぶどう、○ねぎ、○干しいたけ、○しょうが、◎バナナ	ケチャップ、酢、○しょうゆ、食塩、○酒、鶏ガラ、コンソメ	麦茶、バナナ	スキムミルク、ちまき	
07 火	ご飯(麦入り)、豚肉とキャベツの味噌炒め、たたき胡瓜、チンゲン菜の中華スープ	487.7(422.5) 18.5(15.4) 11.5(9.3) 1.8(1.4)	米、○スパゲティ、押麦、○油、ごま油、砂糖、○砂糖、片栗粉	豚肩小間切れ、○スキムミルク、○ウインナー、白みそ	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、○たまねぎ、もやし、にんじん、チンゲンサイ、ピーマン、○にんじん、○トマトピューレ、○ピーマン、◎バナナ	○ケチャップ、しょうゆ、酢、酒、食塩、鶏ガラ	麦茶、バナナ	スキムミルク、ナポリタン	
08 水	ベーコントマトサンド、ごま豆乳スープ、かぼちゃのサラダ	610.0(507.3) 24.5(19.1) 26.4(20.9) 2.6(1.9)	食パン、○米、大豆マヨネーズ、ごま油、○砂糖、砂糖、◎さつまいも	○牛乳、豆乳、ベーコン、豚肩小間切れ、○鶏むねひき肉、スライスチーズ、油揚げ、白みそ、すりごま	かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、トマト、こまつな、ピーマン、しめじ、ねぎ	ケチャップ、○しょうゆ、中華スープ、○酒、食塩、鶏ガラ	麦茶、さつまいも	牛乳、そぼろおにぎり	
09 木	ご飯(麦入り)、豆腐ハンバーグ、きのこキャベツのサラダ、はんぺんと長ねぎのスープ	473.6(415.9) 21.3(17.7) 12.0(9.6) 2.0(1.6)	米、○小麦粉、押麦、○砂糖、パン粉、砂糖、○油、油	鶏ももひき肉、押し豆腐、豚ひき肉、○調製豆乳、○スキムミルク、はんぺん、○ゆであずき缶、ツナ油漬缶	キャベツ、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、◎バナナ	しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、酢、○ペーキングパウダー、食塩、コンソメ	麦茶、バナナ	スキムミルク、小倉蒸しパン	お誕生日会
10 金	野菜ラーメン、レバーのごま味噌和え、オレンジ	504.8(423.4) 24.3(19.8) 13.2(10.7) 1.6(1.3)	ゆで中華めん、○米、片栗粉、油、砂糖、○砂糖、◎せんべい	○牛乳、豚レバー(スライス)、豚肩小間切れ、なると、白みそ、白ごま	オレンジ、たまねぎ、もやし、にんじん、キャベツ	中華スープ、○しょうゆ、みりん、しょうゆ、鶏ガラ、食塩	麦茶、菓子	牛乳、焼きおにぎり	
11 土	焼きそば、わかめスープ、バナナ	420.7(390.3) 14.7(12.4) 13.1(10.7) 1.5(1.2)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、焼きそばめん、油	○牛乳、豚肩小間切れ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ、あおのり、◎りんご天然果汁	焼きそばソース、しょうゆ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	牛乳、りんごゼリー、菓子	
13 月	ご飯(麦入り)、鶏の照り焼き、アスパラのごま和え、のっぺい汁	544.0(494.0) 23.4(21.4) 19.9(16.4) 1.6(1.4)	米、○小麦粉、さといも、○砂糖、押麦、○油、砂糖、○グラニュー糖、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉、油揚げ、かつお節、すりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	だいこん、にんじん、グリーンアスパラガス、○ほうれんそう、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、みりん、○ペーキングパウダー、食塩	飲むヨーグルト	牛乳、ほうれん草のドーナツ	幼稚園交流
14 火	そぼろ菜めし、切干大根の炒め煮、南瓜のみそ汁	512.9(439.5) 17.6(14.4) 20.4(16.4) 1.6(1.3)	米、○グラニュー糖、○小麦粉、○油、押麦、油、砂糖、ごま油	鶏むねひき肉、○卵(白)、○卵(黄)、○牛乳、白みそ、油揚げ、いわし(煮干し)、白ごま	こまつな、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、いんげん、しょうが、干しいたけ、◎バナナ	しょうゆ、みりん	麦茶、バナナ	麦茶、カステラ	
15 水	たまごサンド、ポークビーンズ、フルーツミックス	529.8(461.8) 20.2(16.2) 20.6(16.4) 1.7(1.3)	食パン、じゃがいも、○米、大豆マヨネーズ、○油、○ごま油、○砂糖、油、砂糖、◎さつまいも	○牛乳、卵、豚肩小間切れ、○豚ひき肉、だいず水煮缶詰、バター	みかん缶、たまねぎ、パイナップル、にんじん、○にら	ケチャップ、中濃ソース、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶、さつまいも	牛乳、中華風ごはん	
16 木	きつねうどん、シュウマイ、ゆで野菜の酢醤油和え	435.7(385.6) 23.2(19.2) 12.2(9.9) 2.2(1.8)	ゆでうどん、○米、しゅうまいの皮、砂糖、○砂糖、ごま油	豚ひき肉、鶏むね小間切れ、○スキムミルク、油揚げ、かつお節、○白ごま、すりごま	キャベツ、たまねぎ、こまつな、たけのこ(ゆで)、にんじん、ねぎ、干しいたけ、レモン果汁、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、みりん、酒、酢、○ゆかり、食塩	麦茶、バナナ	スキムミルク、ゆかりおにぎり	
17 金	たけのこおこわ、鱈、かじきフライ、もやしのごま酢和え、キャベツのみそ汁	598.0(496.0) 24.8(20.1) 22.0(17.6) 1.8(1.4)	米、もち米、○小麦粉、パン粉、○砂糖、油、小麦粉、砂糖、◎せんべい	あじ、かじき、○卵、卵、○バター、白みそ、油揚げ、○調製豆乳、いわし(煮干し)、すりごま、かつお節	もやし、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、にんじん、たけのこ(ゆで)、干しいたけ	しょうゆ、中濃ソース、酢、酒、○ペーキングパウダー、食塩	麦茶、菓子	麦茶、マドレーヌ	
18 土	ハヤシライス、キャベツのスープ、バナナ	513.3(464.4) 16.1(13.5) 13.5(11.1) 1.3(1.1)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、油	○牛乳、豚肩小間切れ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、にんじん、コーン缶、◎りんご天然果汁、トマト	ハヤシルウ、しょうゆ、コンソメ、食塩	リンゴジュース	牛乳、りんごゼリー、菓子	
20 月	ご飯(麦入り)、豆腐ハンバーグ、きのこキャベツのサラダ、はんぺんと長ねぎのスープ	470.8(437.5) 21.2(19.9) 12.0(10.0) 1.9(1.6)	米、○小麦粉、押麦、○砂糖、パン粉、砂糖、○油、油	鶏ももひき肉、押し豆腐、豚ひき肉、○調製豆乳、○スキムミルク、はんぺん、ツナ油漬缶、○ゆであずき缶、◎ヨーグルト(ドリンク)	キャベツ、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、酢、○ペーキングパウダー、食塩、コンソメ	飲むヨーグルト	スキムミルク、小倉蒸しパン	
21 火	ご飯(麦入り)、豚肉とキャベツの味噌炒め、たたき胡瓜、チンゲン菜の中華スープ	166.0(397.2) 6.9(13.8) 4.1(8.5) 0.5(1.2)	○スパゲティ、○油、片栗粉、米、砂糖、押麦、ごま油	○スキムミルク、○ウインナー、白みそ、豚肩小間切れ	○たまねぎ、○にんじん、○トマトピューレ、○ピーマン、もやし、ピーマン、◎バナナ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、キャベツ	○ケチャップ、酢、食塩、酒、鶏ガラ、しょうゆ	麦茶、バナナ	スキムミルク、ナポリタン	幼児お弁当の日
22 水	ベーコントマトサンド、ごま豆乳スープ、かぼちゃのサラダ	637.5(534.4) 25.4(19.8) 26.9(21.1) 2.7(2.0)	食パン、○米、大豆マヨネーズ、ごま油、○砂糖、砂糖、油、◎さつまいも	○牛乳、豆乳、○鶏むねひき肉、ベーコン、豚肩小間切れ、スライスチーズ、油揚げ、白みそ、すりごま	かぼちゃ、はくさい、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、トマト、こまつな、ピーマン、しめじ、ねぎ	ケチャップ、○しょうゆ、中華スープ、○酒、食塩、鶏ガラ	麦茶、さつまいも	牛乳、そぼろおにぎり	
23 木	野菜ラーメン、レバーのごま味噌和え、オレンジ	500.4(435.3) 23.9(19.6) 12.9(10.5) 1.6(1.3)	ゆで中華めん、○米、片栗粉、油、砂糖、○砂糖	○牛乳、豚レバー(スライス)、豚肩小間切れ、なると、白みそ、白ごま	オレンジ、たまねぎ、もやし、にんじん、◎バナナ	中華スープ、○しょうゆ、みりん、しょうゆ、鶏ガラ、食塩	麦茶、バナナ	牛乳、焼きおにぎり	
24 金	ポークカレー、コールスローサラダ、わかめスープ、ヤクルト	558.1(473.2) 14.6(12.1) 15.5(12.4) 2.2(1.8)	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、押麦、○油、大豆マヨネーズ、○グラニュー糖、油、砂糖、◎せんべい	ヤクルト、豚肩小間切れ、スキムミルク、グリーンピース(揚げ豆)、○牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、○ほうれんそう、コーン缶、カットわかめ、にんにく	カレールウ、しょうゆ、○ペーキングパウダー、酢、食塩、コンソメ	麦茶、菓子	麦茶、ほうれん草のドーナツ	
25 土	高菜チャーハン、野菜みそ汁、バナナ	463.6(424.6) 13.2(11.2) 10.6(8.7) 1.3(1.0)	○ゼリー(オレンジ、りんご、ぶどう)、米、油、ごま油	○牛乳、ウインナー、白みそ、いわし(煮干し)	バナナ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、たかな(たかな漬)、コーン缶、◎りんご天然果汁	しょうゆ、コンソメ	リンゴジュース	牛乳、菓子、ぶどうゼリー	
27 月	ご飯(麦入り)、鶏の照り焼き、アスパラのごま和え、のっぺい汁	455.1(415.6) 21.9(19.7) 12.6(10.5) 1.5(1.3)	米、さといも、◎せんべい、押麦、砂糖、片栗粉	○ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、油揚げ、かつお節、すりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	だいこん、にんじん、グリーンアスパラガス、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、みりん、食塩	飲むヨーグルト	麦茶、菓子、カップヨーグルト	幼稚園交流
28 火	そぼろ菜めし、切干大根の炒め煮、南瓜のみそ汁	456.6(394.5) 12.4(10.2) 16.2(13.0) 1.6(1.3)	米、○グラニュー糖、○小麦粉、○油、押麦、油、砂糖、ごま油	○卵(白)、○卵(黄)、○牛乳、白みそ、油揚げ、鶏むねひき肉、いわし(煮干し)、白ごま	こまつな、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、いんげん、しょうが、干しいたけ、◎バナナ	しょうゆ、みりん	麦茶、バナナ	麦茶、カステラ	
29 水	たまごサンド、ポークビーンズ、フルーツミックス	541.7(470.1) 20.7(16.5) 21.1(16.7) 1.7(1.3)	食パン、○米、じゃがいも、大豆マヨネーズ、○油、○ごま油、○砂糖、油、砂糖、◎さつまいも	○牛乳、卵、豚肩小間切れ、○豚ひき肉、だいず水煮缶詰、バター	みかん缶、たまねぎ、パイナップル、にんじん、○にら	ケチャップ、中濃ソース、○しょうゆ、コンソメ、食塩	麦茶、さつまいも	牛乳、中華風ご飯	
30 木	きつねうどん、シュウマイ、ゆで野菜の酢醤油和え	455.1(399.1) 21.6(17.7) 16.4(13.2) 2.1(1.7)	ゆでうどん、○米、しゅうまいの皮、砂糖、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、油揚げ、鶏むね小間切れ、かつお節、○白ごま、すりごま	キャベツ、たまねぎ、こまつな、たけのこ(ゆで)、にんじん、ねぎ、干しいたけ、レモン果汁、しょうが、◎バナナ	しょうゆ、みりん、酒、酢、○ゆかり、食塩	麦茶、バナナ	牛乳、ゆかりおにぎり	
31 金	たけのこおこわ、鱈、かじきフライ、もやしのごま酢和え、キャベツのみそ汁	611.1(506.5) 25.1(20.4) 22.1(17.7) 1.8(1.4)	米、もち米、○小麦粉、パン粉、○砂糖、油、小麦粉、砂糖、◎せんべい	あじ、かじき、○卵、卵、○豆乳クリーム、○バター、白みそ、油揚げ、○調製豆乳、いわし(煮干し)、すりごま、かつお節	もやし、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、◎バナナ、にんじん、たけのこ(ゆで)、干しいたけ	しょうゆ、中濃ソース、酢、酒、○ペーキングパウダー、食塩	麦茶、菓子	麦茶、マドレーヌクリーム添え	