

日 曜	時間帯		材 料 名	17 水	18 木	19 金	20日土曜日	22 月	24 水	25 木	26 金	27 土	29 月	30 火		
1 月	昼食	麦ごはん マーボー豆腐 ひじきと玉ねぎのサラダ パイン	米、押麦、水 木綿豆腐、豚ひき肉、にら、人参、ねぎ、しょうが、ごま油、醤油、みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 ひじき、ベーコン、たまねぎ、コーン缶、マヨネーズ、酢、食塩、こしょう エネルギー713kcal 食塩1.8 g													
	午後おやつ	お菓子、牛乳														
2 火	昼食	黒糖パン ポークビーンズ ブロッコリーの塩昆布 オレンジ	黒糖パン 豚肉、酒、大豆、じゃが芋、人参、玉ねぎ、油、にんにく、トマト缶、ケチャップ、砂糖、洋風だし、水、食塩 ブロッコリー、塩こんぶ、ごま、ごま油、食塩 エネルギー363kcal 食塩1.4 g													
	午後おやつ	いちごヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、いちごジャム													
3 水	昼食	親子丼 豆腐みそ汁 パイン	米、水、鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、醤油、本みりん、かつおだし汁、卵、みつば、焼きのり 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、かつおだし汁、みそ エネルギー529kcal 食塩2.3 g													
	午後おやつ	ジャーマンポテト、牛乳	じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、パセリ、食塩、こしょう、油													
4 木	昼食	ケチャップライス かぼちゃクロック マカロニサラダ コンソメスープ ーロゼリー	米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ、食塩、ウインナーソーセージ かぼちゃ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、食塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油 マカロニ・スパゲティ、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ油漬缶、マヨネーズ、ハム ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、じゃがいも エネルギー842kcal 食塩3.0 g													
	午後おやつ	ぐりとぐらのカステラ、牛乳	ホットケーキ粉、牛乳、卵、メープルシロップ													
5 金	昼食	麦ごはん 酢豚 きゅうりの華風サラダ バナナ	米、押麦、水 豚肉、醤油、しょうが、油、人参、玉ねぎ、じゃが芋、水、砂糖、みりん、食塩、醤油、ケチャップ、酢、片栗粉、ピーマン きゅうり、にんじん、もやし、しらたき、ハム、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、鶏ささみ エネルギー635kcal 食塩1.7 g													
	午後おやつ	お菓子、牛乳														
6日土曜日		お 弁 当 の 日			お 弁 当 の 日			お 弁 当 の 日			お 弁 当 の 日			お 弁 当 の 日		
8 月	昼食	麦ごはん 豚肉のすき焼き風煮物 もやしとわかめのナムル オレンジ	米、押麦、水 豚肉、焼き豆腐、白菜、玉ねぎ、えのきたけ、ねぎ、しらたき、醤油、砂糖、みりん もやし、にんじん、カットわかめ、ごま油、ごま、しょうゆ エネルギー556kcal 食塩1.3 g													
	午後おやつ	揚げパンきなこ、牛乳	食パン、油、きな粉、砂糖、食塩													
9 火	昼食	冷やし中華 ニラのマヨネーズ和え ミニトマト、バナナ	生中華めん、卵、砂糖、油、ハム、きゅうり、水、中華だしの素、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 にら、ベーコン、コーン缶、すりごま、砂糖、しょうゆ、マヨネーズ エネルギー682kcal 食塩3.0 g													
	午後おやつ	お菓子、牛乳														
10 水	昼食	タコライス 野菜スープ パイン	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんにく、しょうが、人参、チーズ、コーン、油、カレー粉、洋風だし、ウスターソース、ケチャップ、大豆 じゃがいも、洋風だしの素、パセリ粉、食塩 エネルギー556kcal 食塩1.4 g													
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、バナナ、みかん缶、パイン缶、りんご													
11 木	昼食	のり佃煮御飯 白身魚のカレー天ぷら 玉ねぎのみそ汁 いんげんのごま和え バナナ	米、のり佃煮 メルルーサ、食塩、こしょう、卵、小麦粉、カレー粉、パセリ、水、油 たまねぎ、にんじん、油揚げ、木綿豆腐、まいたけ、カットわかめ、かつおだし汁、みそ いんげん、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖 エネルギー539kcal 食塩2.9 g													
	午後おやつ	さつま芋の甘煮、牛乳	さつまいも、砂糖、しょうゆ													
12 金	昼食	麦ごはん 高野豆腐の卵とし 鉄分サラダ ほうれん草のすまし汁 バナナ	米、押麦、水 凍り豆腐、人参、枝豆、卵、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、砂糖、鶏ひき肉 ひじき、人参、枝豆、ツナ水煮缶、マヨネーズ、砂糖、コーン、醤油、すりごま ほうれん草、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 エネルギー644kcal 食塩2.2 g													
	午後おやつ	お菓子、チーズ														
13 土	昼食	ビビンバ 中華スープ パイン	牛ひき肉、豚ひき肉、もやし、こまつな、にんじん、砂糖、中華だしの素、片栗粉、しょうゆ、水 はるさめ、にんじん、にら、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩、焼きのり エネルギー416kcal 食塩2.4 g													
	午後おやつ	お菓子														
16 火	昼食	焼きそば 里芋とツナのサラダ わかめスープ バナナ	焼きそばめん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、油、もやし、中濃ソース、食塩、あおのり さといも、ツナ水煮缶、マヨネーズ、しょうゆ カットわかめ、水、中華だしの素、食塩、卵 エネルギー588kcal 食塩2.8 g													
	午後おやつ															

☆表記の一日の栄養量は3歳以上の幼児で計算しています。

☆献立は材料の仕入れ状況により変更する場合があります。

実施した献立は玄関に展示しておりますのでお迎えの際に ご確認ください。

☆アレルギーの申請をされている場合は,原因食品を除去・代替して提供します

☆表記の一日の栄養量は3歳以上の幼児で計算しています。
☆献立は材料の仕入れ状況により変更する場合があります。
実施した献立は玄関に展示しておりますのでお迎えの際に ご確認ください。
☆アレルギーの申請をされている場合は、原因食品を除去・代替して提供します

	午後おやつ	コーンフレーク、牛乳	コーンフレーク
--	-------	------------	---------

