

曜	時間帯		材 料 名	17 水	昼食	鶏肉と小松菜のクリーム丼 玉ねぎとセロリのスープ パイン	米、鶏もも肉、こまつな、にんじん、油、豆乳、洋風だしの素、食塩、米粉 たまねぎ、セロリ、にんじん、水、洋風だしの素、食塩、ベーコン エネルギー506kcal 食塩1.3 g
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667kcal 食塩1.6g	午後おやつ	マカロニのあべかわ、牛乳 牛乳	マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	
	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384kcal 食塩1.3 g	午後おやつ	フライビーンズ、牛乳	ゆで大豆、米粉、油、砂糖、しょうゆ	
	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522kcal 食塩2.0 g	午後おやつ	お菓子、牛乳		
	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 かぼちゃコロッケ 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771kcal 食塩2.6 g	20日土曜日	お 弁 当 の 日		
	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603kcal 食塩1.5 g	午後おやつ	おふのきな粉ラスク、牛乳	焼ふ、バター、砂糖、きな粉	
	午後おやつ	お菓子、牛乳					
6日土曜日		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544kcal 食塩1.2 g	25 木	昼食	たぬきごはん 擬製豆腐 小松菜のすまし汁 ブロッコリーの塩昆布 パイン	米、あおのり、めんつゆ・ストレート 木綿豆腐、卵、鶏ひき肉、ひじき、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、食塩、油 こまつな、にんじん、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、卵 ブロッコリー、塩こんぶ、ごま、ごま油、食塩 エネルギー652kcal 食塩1.5 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		午後おやつ	大豆とじゃこの甘辛煮、牛乳	大豆水煮缶、しらす干し、ごま、片栗粉、しょうゆ、砂糖、みりん
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640kcal 食塩2.6 g	26 金	昼食	ごはん 厚揚げと芋のそぼろ煮 海藻サラダ ミニトマト、バナナ	米、水 生揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉 ハム、塩こんぶ、角かんでん、キャベツ、こまつな、コーン缶、酢、ごま油、砂糖、食塩、しょうゆ、ごま エネルギー516kcal 食塩1.9 g
	午後おやつ	お菓子、牛乳			午後おやつ	豆乳もち	豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉
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537kcal 食塩1.3 g	27 土	昼食	てりたま豚コマ混ぜご飯 いもとのりの中華スープ パイン	米、鶏肉(肩ロース)、ごぼう、ピーマン、にんじん、卵、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、ごま じゃがいも、はるさめ、ねぎ、中華だしの素、水、しょうゆ、焼きのり エネルギー552kcal 食塩1.8 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		午後おやつ	お菓子	
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528kcal 食塩2.1 g	29 月	昼食	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き カルちゃん和風サラダ 豆乳スープ パイン	米、水 鶏もも肉、砂糖、食塩、しょうゆ、マーマレード、片栗粉 ツナ味付缶、しらす干し、ひじき、こまつな、キャベツ、コーン缶、にんじん、しょうゆ、油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、すりごま はくさい、こまつな、えのきたけ、油、水、豆乳、洋風だしの素、食塩、片栗粉 エネルギー487kcal 食塩3.2 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		午後おやつ	きな粉ヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、きな粉、砂糖
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595kcal 食塩1.8 g	30 火	昼食	肉みそうどん さつま芋の天ぷら ブロッコリー、パイン	ゆでうどん、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、万能ねぎ、油、みそ、酒、砂糖、水、片栗粉 さつまいも、水、小麦粉、卵、油 ブロッコリー エネルギー608kcal 食塩1.4 g
	午後おやつ	お菓子、チーズ			午後おやつ	お菓子、牛乳	
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423kcal 食塩2.0 g	☆表記の一日の栄養量は3歳未満の乳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	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567kcal 食塩2.4 g				

☆表記の一日の栄養量は3歳未満の乳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
--	-------	------------	---------

