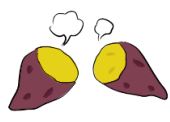




		乳 児		幼 児	
日	曜	午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1	水	ごはん,白身魚フライ キャベツ納豆和え,みそ汁(かぶ),牛乳	ジャムサンド,牛乳 白菜スープ,くだもの	遠 足	チョコパン りんごジュース
2	木	ごはん,鶏肉のごまみそ焼き 春雨サラダ,すまし汁(大根),牛乳	納豆入りお好み焼き,牛乳 みそ汁(もやし)	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き,春雨サラダ,すまし汁(大根)	納豆入りお好み焼き,牛乳
3	金	<b>文 化 の 日</b>			
4	土	中華丼 さつま芋オレンジ煮,わかめスープ(豆腐),牛乳	ホットケーキ,牛乳 かぶのスープ,くだもの	中華丼,さつま芋オレンジ煮,わかめスープ(豆腐)	ホットケーキ 牛乳,くだもの
6	月	雑穀ごはん,マーボー豆腐 もやしサラダ,コーンと卵のスープ,牛乳	チーズトースト,メートルス ープ フルーツヨーグルト	雑穀ごはん マーボー豆腐,もやしサラダ,コーンと卵のスープ	チーズトースト フルーツヨーグルト
7	火	ごはん,さばけチャップ煮 ブロッコリーごま和え,みそ汁(なす),牛乳	ふかし芋,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	ごはん,さばけチャップ煮 ブロッコリーごま和え,みそ汁(なす)	きなこだんご,牛乳
8	水	きのこうどん,野菜の炒め煮,牛乳	焼とりおにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ),くだもの	きのこうどん,野菜の炒め煮,くだもの	焼とりおにぎり,牛乳
9	木	チキンライス,マカロニサラダ,野菜スープ,牛乳	中華蒸しパン,牛乳 もやしスープ	チキンライス,マカロニサラダ,野菜スープ,くだもの	中華蒸しパン,牛乳
10	金	ごはん,さわら旨味焼き 切り昆布の炒め煮,すまし汁(豆腐),牛乳	さつま芋の天ぷら,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	ごはん,さわら旨味焼き 切り昆布の炒め煮,すまし汁(豆腐)	さつま芋の天ぷら,牛乳
11	土	わかめうどん,いりどり,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	わかめうどん,いりどり,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
13	月	ごはん,豚肉のしょうが焼き キャベツ昆布和え,みそ汁(里芋),牛乳	りんごトースト,牛乳 白菜スープ	ごはん 豚肉のしょうが焼き,キャベツ昆布和え,みそ汁(里芋)	りんごトースト,牛乳
14	火	みそ煮込みうどん,とうがんと鶏肉の炒め煮,牛乳	しらすチャーハン,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	みそ煮込みうどん,とうがんと鶏肉の炒め煮,くだもの	じゃこチャーハン,牛乳
15	水	ミルクパン,鮭のパン粉焼き コールスローサラダ,コーンチャウダー	赤飯おにぎり,牛乳 すまし汁(豆腐)	ミルクパン 鮭のパン粉焼き,コールスローサラダ,コーンチャウ ダー	赤飯おにぎり,牛乳
16	木	ごはん,豆腐の中華焼き,牛乳 大根のオイスターソース炒め煮,すまし汁(じゃが芋)	ポンテケージョ,牛乳 トマトスープ	ごはん,豆腐の中華焼き 大根のオイスターソース炒め煮,すまし汁(じゃが芋)	ポンテケージョ,牛乳
17	金	カジキのカレーライス 白菜とりんごのサラダ,ポパイスープ,牛乳	焼きうどん,牛乳 わかめスープ	シーフードカレーライス 白菜とりんごのサラダ,ポパイスープ	焼きうどん,牛乳
18	土	肉うどん,根菜とツナの煮物,牛乳	しらすとわかめのおにぎり 牛乳,みそ汁(キャベツ),くだもの	肉うどん,根菜とツナの煮物,くだもの	しらすとわかめのおにぎり 牛乳
20	月	わかめごはん,鶏肉ヨーグルト焼き 切干大根の炒め煮,みそ汁(かぼちゃ),牛乳	きなこ揚げパン,牛乳 もやしスープ	わかめごはん,鶏肉ヨーグルト焼き 切干大根の炒め煮,みそ汁(かぼちゃ)	きなこ揚げパン,牛乳
21	火	ごはん,カレイのかば焼き ひじきの五目和え,すまし汁(麩),牛乳	煮込みうどん,牛乳,くだもの	ごはん さんまのかば焼き,ひじきの五目和え,すまし汁(麩)	白玉あずき,牛乳
22	水	ちゃんぽんうどん,さつま芋ミルク煮,牛乳	鮭おにぎり,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	ちゃんぽんうどん,さつま芋ミルク煮,くだもの	鮭おにぎり,牛乳
23	木	<b>勤 労 感 謝 の 日</b>			
24	金	チキンピラフ,ブロッコリーサラダ,ABCスープ,牛乳	さつま芋蒸しパン,牛乳 コーンのスープ,くだもの	<b>誕 生 会 お 楽 し み 給 食</b>	
25	土	ごはん,豚肉のトマト煮 粉ふき芋,みそ汁(大根),牛乳	チーズサンド,牛乳 かぶのスープ	ごはん,豚肉のトマト煮,粉ふき芋,みそ汁(大根)	チーズサンド,牛乳
27	月	ごはん,豆腐クリームコーン煮 れんこんの炒め煮,そうめん汁,牛乳	ごまトースト,野菜スープ ヨーグルト	ごはん 豆腐クリームコーン煮,れんこんの炒め煮,そうめん汁	ごまクッキー 飲むヨーグルト
28	火	五目うどん,野菜みそバター煮,柿,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(わかめ),くだもの	五目うどん,野菜みそバター煮,くだもの	いなり寿司,牛乳
29	水	ごはん,魚の照り焼き ほうれん草の白和え,みそ汁(もやし),牛乳	りんごのガレット,牛乳 大根スープ	ごはん 魚の照り焼き,ほうれん草の白和え,みそ汁(もやし)	りんごのガレット,牛乳
30	木	ロールパン,チキンナゲット カリフラワーサラダ,白菜スープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ)	ロールパン チキンナゲット,カリフラワーサラダ,白菜スープ	昆布おにぎり,牛乳

		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳 児	目標量	500	19	15	1.8
	摂取量	500	19	15.2	1.7
幼 児	目標量	595	22.1	17.8	2
	摂取量	598	22.5	18	2

都合により、献立が変更になる場合がございます



2歳児の牛乳は午後食のみとな  
幼児おやつへ移行していき

