



		乳 児		幼 児	
日 曜		午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1	日				
2	月	ごはん、鶏肉ヨーグルト焼き 切干大根のサラダ、みそ汁(なす)、牛乳	中華蒸しパン、牛乳 コーンのスープ、くだもの	ごはん、鶏肉ヨーグルト焼き 切干大根のサラダ、みそ汁(なす)	コーンフレーククッキー 牛乳、くだもの
3	火	わかめごはん、手作りさつま揚げ 人参しらす和え、すまし汁(麩)、牛乳	ミートサンド、牛乳 白菜スープ	わかめごはん 手作りさつま揚げ、人参しらす和え、すまし汁(麩)	ホットドッグ、牛乳
4	水	みそ煮込みうどん、いりどり、牛乳	チーズおにぎり、牛乳 すまし汁(かぶ)、くだもの	みそ煮込みうどん、いりどり、くだもの	チーズおにぎり、牛乳
5	木	ごはん、さばケチャップ煮 アスパラごま和え、みそ汁(大根)、牛乳	りんごトースト 飲むヨーグルト、野菜スープ	ごはん さばケチャップ煮、アスパラごま和え、みそ汁(大根)	りんごトースト 飲むヨーグルト
6	金	雑穀ごはん、マーボー豆腐 もやしのナムル、ワタンスープ、牛乳	マカロニきなこ、牛乳 すまし汁(じゃが芋)	雑穀ごはん マーボー豆腐、もやしのナムル、ワタンスープ	スキムミルクわらびもち 牛乳
7	土	カレーうどん、野菜みそバター煮、牛乳	ツナおにぎり、牛乳 すまし汁(麩)、くだもの	カレーうどん、野菜みそバター煮、くだもの	ツナおにぎり、牛乳
8	日				
9	月	チキンライス、マカロニサラダ、かぶのスープ、牛乳	肉まん、牛乳、すまし汁(豆腐)	チキンライス、マカロニサラダ、かぶのスープ	肉まん、牛乳
10	火	ごはん、さわら旨味焼き 切干大根の炒め煮、みそ汁(かぼちゃ)、牛乳	スイートポテト、牛乳 リゾットスープ、くだもの	ごはん、さわら旨味焼き 切干大根の炒め煮、みそ汁(かぼちゃ)	スイートポテト、牛乳、くだもの
11	水	焼きそば、じゃが芋チーズ焼き、かき玉汁、牛乳	グリーンピースおにぎり、牛乳 みそ汁(もやし)、くだもの	焼きそば、じゃが芋チーズ焼き、かき玉汁、くだもの	グリーンピースおにぎり、牛乳
12	木	ごはん、白身魚と野菜オレンジ煮 ブロッコリー、みそ汁(白菜)、牛乳	ポンテケージョ、牛乳 大根スープ	ごはん 白身魚と野菜オレンジ煮、ブロッコリー、みそ汁(白菜)	ポンテケージョ、牛乳
13	金	ロールパン、豆腐のキッシュ キャベツとりんごのサラダ、コーンチャウダー	焼きおにぎり、牛乳 みそ汁(かぶ)	ロールパン、豆腐のキッシュ キャベツとりんごのサラダ、コーンチャウダー	焼きおにぎり、牛乳
14	土	ツナ入り炊き込みごはん じゃが芋きんぴら、すまし汁(豆腐)、牛乳	ホットケーキ、牛乳 トマトスープ、くだもの	ツナ入り炊き込みごはん じゃが芋きんぴら、すまし汁(豆腐)、くだもの	ホットケーキ、牛乳
15	日				
16	月	ごはん、豚肉の卵焼き 切り昆布の炒め煮、みそ汁(小松菜)、牛乳	チーズトースト、ミルクスープ フルーツヨーグルト	ごはん、豚肉の卵焼き 切り昆布の炒め煮、みそ汁(小松菜)	トマトクラッカー フルーツヨーグルト
17	火	きつねうどん、野菜の炒め煮、牛乳	肉おにぎり、牛乳 みそ汁(キャベツ)、くだもの	きつねうどん、野菜の炒め煮、くだもの	肉おにぎり、牛乳
18	水	ごはん、鮭の香味チーズ焼き きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁(里芋)、牛乳	チョコクリームサンド、牛乳 白菜スープ	ごはん、鮭の香味チーズ焼き きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁(里芋)	チョコクリームサンド、牛乳
19	木	赤飯、豆腐ハンバーグ ブロッコリーミモザサラダ、そうめん汁、牛乳	人参蒸しパン、牛乳 コーンのスープ、くだもの	<b>誕生会 お楽しみ給食</b>	
20	金	ごはん、カレイ中華照り焼き 野菜そぼろ煮、すまし汁(豆腐)、牛乳	焼きうどん、牛乳 わかめスープ	ごはん カレイ中華照り焼き、野菜そぼろ煮、すまし汁(豆腐)	焼きうどん、牛乳
21	土	あんかけうどん さつま芋とりんごの煮物、もやしスープ、牛乳	昆布おにぎり、牛乳 みそ汁(豆腐)	あんかけうどん、さつま芋とりんごの煮物、もやし スープ	昆布おにぎり、牛乳
22	日				
23	月	春野菜スパゲティー かぼちゃオレンジ煮、ミルファンテ、牛乳	五平もち、牛乳 すまし汁(はんぺん)	春野菜スパゲティー、かぼちゃオレンジ煮、ミルファンテ	五平もち、牛乳
24	火	ごはん、納豆の卵焼き 小松菜の磯和え、すまし汁(大根)、牛乳	チーズ蒸しパン、牛乳 トマトスープ	ごはん、納豆の卵焼き 小松菜の磯和え、すまし汁(大根)	チーズ蒸しパン、牛乳
25	水	ミルクパン、鶏肉クリームコーン煮 コールスローサラダ、白菜スープ、牛乳	鮭おにぎり、牛乳 みそ汁(大根)	ミルクパン、鶏肉クリームコーン煮 コールスローサラダ、白菜スープ	鮭おにぎり、牛乳
26	木	ごはん、カジキりんごソースかけ ひじきの五目とえ、みそ汁(キャベツ)、牛乳	フライドポテト、牛乳 そうめん汁、くだもの	ごはん、かつおりんごソースかけ ひじきの五目とえ、みそ汁(キャベツ)	フライドポテト、牛乳、くだもの
27	金	肉団子うどん、生揚げと春野菜の煮物、牛乳	じゃこチャーハン、牛乳 すまし汁(麩)、くだもの	肉うどん、生揚げと春野菜の煮物、くだもの	じゃこチャーハン、牛乳
28	土	ハヤシライス 野菜甘酢漬、コーンとわかめのスープ、牛乳	きなこトースト、牛乳 もやしスープ、くだもの	ハヤシライス、野菜甘酢漬、コーンとわかめのスー プ	きなこトースト、牛乳、くだもの
29	日	<b>昭 和 の 日</b>			
30	月	<b>振 替 休 日</b>			

都合により、献立が変更になる場合がございます

		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
乳児	目標量	460	17	13.8	1.7
	摂取量	490	18	14.8	1.7
幼児	目標量	575	21.4	17.3	2
	摂取量	576	21.5	17.5	2

～ご入園、ご進級

おめでとうございます～

子どもたちの成長を見守りながら、安全でおい  
給食作りに給食室一同努めてまいります。

1年間よろしくお願ひ致します。

