



こんだてひょう

日曜	乳 児		延長補食	幼 児	
	午 前 食	午 後 食		昼 食	お や つ
1 金	豆乳パン,チキンクリーム煮 ブロッコリーサラダ,大根スープ	しらすチャーハン,牛乳 すまし汁(豆腐),くだもの	ジャム サンド	豆乳パン,チキンクリーム煮 ブロッコリーサラダ,大根スープ	かしわ餅,牛乳,くだもの
2 土	みそ煮込みうどん,野菜そぼろ煮,牛乳	わかめおにぎり,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	ビスケット	みそ煮込みうどん,野菜そぼろ煮,くだもの	わかめおにぎり,牛乳
3 日	憲 法 記 念 日				
4 月	み ど り の 日				
5 火	こ ど も の 日				
6 水	振 替 休 日				
7 木	なすミートスパゲティー ポテトサラダ,コーンと卵のスープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(大根),くだもの	ビスコ	なすミートスパゲティー ポテトサラダ,コーンと卵のスープ,くだもの	昆布おにぎり,牛乳
8 金	わかめごはん,豆腐とツナのチーズ焼き 人参しらす和え,みそ汁(白菜),牛乳	きなこトースト,トマトスープ フルーツヨーグルト	せんべい	わかめごはん,豆腐とツナのチーズ焼き 人参しらす和え,みそ汁(白菜)	きなこトースト フルーツヨーグルト
9 土	カレーうどん,野菜の炒め煮,牛乳	そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(かぶ),くだもの	ビスケット	カレーうどん,野菜の炒め煮,くだもの	やきとりおにぎり,牛乳
10 日					
11 月	ごはん,豚肉のトマト煮 かぼちゃサラダ,すまし汁(豆腐),牛乳	くるくるスコーン,牛乳 大根スープ,くだもの	おにぎり	ごはん,豚肉のトマト煮 かぼちゃサラダ,すまし汁(豆腐)	くるくるスコーン 牛乳,くだもの
12 火	五目うどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(じゃが芋),くだもの	ビスケット	五目うどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
13 水	ごはん,さわらのかば焼き 春野菜ソテー,みそ汁(かぶ),牛乳	チョコクリームサンド,牛乳 もやしスープ	くだもの	ごはん,さわらのかば焼き 春野菜ソテー,みそ汁(かぶ)	チョコクリームサンド 牛乳
14 木	ひよこ豆のカレーライス コールスローサラダ,かき玉汁,牛乳	スイートポテト 野菜スープ,ヨーグルト	おにぎり	ひよこ豆のカレーライス コールスローサラダ,かき玉汁	ヨーグルトゼリー クラッカー
15 金	ごはん,カジキマヨネーズ焼き 切干大根の煮物,みそ汁(じゃが芋),牛乳	豚ちぢみ,牛乳,すまし汁(麩)	せんべい	ごはん,カジキマヨネーズ焼き 切干大根の煮物,みそ汁(じゃが芋)	豚ちぢみ,牛乳
16 土	スパゲティーナポリタン ポテトフレンチサラダ,白菜スープ,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ)	ビスケット	スパゲティーナポリタン ポテトフレンチサラダ,白菜スープ	いなりおにぎり,牛乳
17 日					
18 月	雑穀ごはん,マーボー豆腐 もやし中華和え,すまし汁(大根),牛乳	チーズ蒸しパン,牛乳 かぶのスープ	くだもの	雑穀ごはん,マーボー豆腐 もやし中華和え,すまし汁(大根)	チーズ蒸しパン,牛乳
19 火	鶏飯,さつま揚げ,牛乳	ホワイトポテト,牛乳 すまし汁(麩),フルーツ寒天	おにぎり	鶏飯,さつま揚げ,しろくま風デザート	大学芋,牛乳
20 水	肉団子うどん,ほうれん草の白和え,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし),くだもの	チーズ クラッカー	肉うどん,ほうれん草の白和え,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
21 木	ごはん,サバごま味噌焼き わかめの酢の物,そうめん汁,牛乳	どら焼き,牛乳 みそ汁(かぼちゃ)	せんべい	ごはん,サバごま味噌焼き わかめの酢の物,そうめん汁	どら焼き,牛乳
22 金	チキンピラフ ジャーマンポテト,野菜スープ,牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 大根スープ,ぶどうゼリー	ジャム サンド	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
23 土	ごはん,肉じゃが キャベツ昆布和え,みそ汁(豆腐),牛乳	ボンテケージョ,牛乳 コーンのスープ	せんべい	ごはん 肉じゃが,キャベツ昆布和え,みそ汁(豆腐)	ボンテケージョ,牛乳
24 日					
25 月	ごはん,鶏肉ヨーグルト焼き 筍のオイスター炒め煮,みそ汁(なす),牛乳	焼きそば,牛乳,わかめスープ	ビスコ	ごはん,鶏肉ヨーグルト焼き 筍のオイスター炒め煮,みそ汁(なす)	焼きそば,牛乳
26 火	チーズパン,白身魚パン粉焼き キャベツとりんごのサラダ,もやしスープ,牛乳	焼きおにぎり,牛乳 みそ汁(小松菜)	くだもの	チーズパン,白身魚パン粉焼き キャベツとりんごのサラダ,もやしスープ	焼きおにぎり,牛乳
27 水	ごはん,豆腐つくね照り焼き 切干大根の和風サラダ,すまし汁(麩),牛乳	マカロニきなこ トマトスープ,ヨーグルト	おにぎり	ごはん,豆腐つくね照り焼き 切干大根の和風サラダ,すまし汁(麩)	コーンフレーククッキー 飲むヨーグルト
28 木	ごはん,かじきケチャップ煮 ほうれん草の磯和え,みそ汁(キャベツ),牛乳	きなこ揚げパン,牛乳 大根スープ,くだもの	せんべい	ごはん,かつおケチャップ煮 ほうれん草磯和え,みそ汁(キャベツ)	きなこ揚げパン 牛乳,くだもの
29 金	ちゃんぽんうどん,かぼちゃオレンジ煮,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(麩),くだもの	チーズ クラッカー	ちゃんぽんうどん かぼちゃオレンジ煮,くだもの	いなり寿司,牛乳
30 土	味噌チャーハン もやしサラダ,わかめスープ(豆腐),牛乳	ジャムサンド,牛乳 白菜スープ,くだもの	ビスケット	味噌チャーハン もやしサラダ,わかめスープ(豆腐)	ジャムサンド 牛乳,くだもの
31 日					

		Iエネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳 児	目標量	465	17.5	14	1.7
	摂取量	485	18	14.8	1.7
幼 児	目標量	570	21	17	2
	摂取量	579	21.5	17.5	1.9

都合により、献立が変更になる場合がございます

