



| | | 乳 児 | | 幼 児 | |
|-----|---|--|------------------------------|--|-----------------------|
| 日 曜 | | 午 前 食 | 午 後 食 | 昼 食 | お や つ |
| 1 | 月 | きつねうどん,春野菜の炒め煮,牛乳 | そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの | きつねうどん,春野菜の炒め煮,くだもの | のりまき,牛乳 |
| 2 | 火 | ごはん,サバごま味噌焼き キャベツおなか和え,すまし汁(豆腐),牛乳 | サモサギようざ,牛乳 かぶのスープ,くだもの | ごはん,サバごま味噌焼き キャベツのおなか和え,すまし汁(豆腐) | サモサギようざ 牛乳,くだもの |
| 3 | 水 | ミルクパン チキンクリーム煮,ブロッコリーサラダ,トマトスープ | 昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(大根) | ミルクパン チキンクリーム煮,ブロッコリーサラダ,トマトスープ | 昆布おにぎり,牛乳 |
| 4 | 木 | ごはん,白身魚ねぎソース煮 大根のオイスター炒め煮,みそ汁(小松菜),牛乳 | チーズトースト,白菜スープ フルーツヨーグルト | ごはん,白身魚ねぎソース煮 大根のオイスターソース炒め煮,みそ汁(小松菜) | チーズラスク フルーツヨーグルト |
| 5 | 金 | 雑穀ごはん,マーボー豆腐 春雨中華和え,コーンと卵のスープ,牛乳 | くるくるスコーン,牛乳 すまし汁(じゃが芋) | 雑穀ごはん マーボー豆腐,春雨中華和え,コーンと卵のスープ | くるくるスコーン,牛乳 |
| 6 | 土 | みそ煮込みうどん,いりどり,牛乳 | わかめおにぎり,牛乳 すまし汁(麩),くだもの | みそ煮込みうどん,いりどり,くだもの | わかめおにぎり,牛乳 |
| 7 | 日 | | | | |
| 8 | 月 | ごはん 肉じゃが,小松菜しらす和え,みそ汁(白菜),牛乳 | 中華蒸しパン,牛乳 コーンのスープ | ごはん,肉じゃが,小松菜しらす和え,みそ汁(白菜) | 中華蒸しパン,牛乳 |
| 9 | 火 | ちゃんぽんうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳 | そぼろおにぎり,牛乳 みそ汁(かぼちゃ),くだもの | ちゃんぽんうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの | 焼とりおにぎり,牛乳 |
| 10 | 水 | ごはん さわら旨味焼き,春雨サラダ,すまし汁(かぶ),牛乳 | マカロニきなこ,牛乳 みそ汁(キャベツ) | ごはん,さわら旨味焼き,春雨サラダ,すまし汁(かぶ) | スキムミルクわらびもち 牛乳 |
| 11 | 木 | わかめごはん,豆腐の中華焼き キャベツ昆布和え,みそ汁(さつま芋),牛乳 | ツナマトトースト,牛乳 かぶのスープ,くだもの | わかめごはん,豆腐の中華焼き キャベツ昆布和え,みそ汁(さつま芋) | ほうれん草クラッカー 牛乳,くだもの |
| 12 | 金 | ごはん,チキンバーベキュー 切干大根の煮物,すまし汁(たけのこ),牛乳 | りんごのガレット,牛乳 もやしスープ | ごはん,チキンバーベキュー 切干大根の煮物,すまし汁(たけのこ) | りんごのガレット,牛乳 |
| 13 | 土 | 焼きそば じゃが芋のチーズ焼き,はるさめスープ,牛乳 | しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(大根),くだもの | 焼きそば じゃが芋のチーズ焼き,はるさめスープ,くだもの | しらすおにぎり,牛乳 |
| 14 | 日 | | | | |
| 15 | 月 | ひよこ豆のカレーライス フルーツサラダ,もやしスープ,牛乳 | 五目にゆうめん 牛乳,くだもの | ひよこ豆のカレーライス フルーツサラダ,もやしスープ | ヨーグルトゼリー,クラッカー |
| 16 | 火 | ごはん,白身魚パン粉焼き アスパラチーズ和え,みそ汁(切干大根),牛乳 | スイートポテトパイ トマトスープ,ヨーグルト | ごはん,白身魚パン粉焼き アスパラチーズ和え,みそ汁(切干大根) | スイートポテトパイ,牛乳 |
| 17 | 水 | 五目うどん,生揚げと春野菜の煮物,牛乳 | ツナおにぎり,牛乳 みそ汁(なす),くだもの | 五目うどん,生揚げと春野菜の煮物,くだもの | ツナおにぎり,牛乳 |
| 18 | 木 | わかめごはん,チキンナゲット,牛乳 ブロッコリーミモザサラダ,すまし汁(豆腐) | レーズン蒸しパン,牛乳 かぶのスープ,くだもの | 誕生会 お楽しみ給食 | |
| 19 | 金 | ごはん,鮭のクリームコーン煮 ひじきの五目和え,みそ汁(なす),牛乳 | メロンパン,牛乳,白菜スープ | ごはん,鮭のクリームコーン煮 ひじきの五目和え,みそ汁(なす) | メロンパン,牛乳 |
| 20 | 土 | じゃこチャーハン もやし中華和え,わかめスープ(豆腐),牛乳 | きなこトースト,牛乳 野菜スープ,くだもの | じゃこチャーハン もやし中華和え,わかめスープ(豆腐) | きなこトースト,牛乳,くだもの |
| 21 | 日 | | | | |
| 22 | 月 | ごはん,納豆の卵焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(キャベツ),牛乳 | かぼちゃホットケーキ 大根スープ,ヨーグルト | ごはん,納豆の卵焼き 切り昆布の炒め煮,みそ汁(キャベツ) | かぼちゃクッキー 飲むヨーグルト |
| 23 | 火 | 春野菜スパゲティー ポテトサラダ,豆乳コーンスープ | チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(わかめ),くだもの | 春野菜スパゲティー ポテトサラダ,豆乳コーンスープ,くだもの | チーズおにぎり,牛乳 |
| 24 | 水 | ごはん,かつおりんごソース煮 ブロッコリーごま和え,そうめん汁,牛乳 | 豚ちぢみ,牛乳 もやしスープ | ごはん,かつおりんごソース煮 ブロッコリーごま和え,そうめん汁 | 豚ちぢみ,牛乳 |
| 25 | 木 | ロールパン,豆腐カレーソース焼き コールスローサラダ,白菜スープ | 焼きおにぎり,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの | ロールパン,豆腐カレーソース焼き コールスローサラダ,白菜スープ | 焼きおにぎり,牛乳 |
| 26 | 金 | わかめうどん,天ぷら(鮭,かぼちゃ),牛乳 | いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの | わかめうどん,じゃこ野菜のかき揚げ,くだもの | いなり寿司,牛乳 |
| 27 | 土 | ツナ入り炊き込みごはん じゃが芋きんぴら,みそ汁(豆腐),牛乳 | ホットケーキ,牛乳 コーンのスープ,くだもの | ツナ入り炊き込みごはん じゃが芋きんぴら,みそ汁(豆腐) | ホットケーキ,牛乳,くだもの |
| 28 | 日 | | | | |
| 29 | 月 | 昭 和 の 日 | | | |
| 30 | 火 | 退 位 の 日 | | | |

都合により、献立が変更になる場合がございます

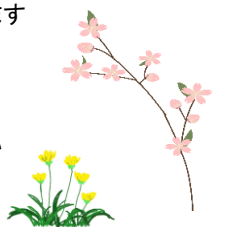
～ご入園、ご進級

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、安全でおいしい

給食作りに給食室一同努めてまいります。

1年間よろしく願い致します。



| | | 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 | 484 | 18.6 | 14.3 | 1.7 |
| 幼 児 | 目標量 | 574 | 21.5 | 17.3 | 2 |
| | 摂取量 | 575 | 21.5 | 17.9 | 2 |

