



こんだてひょう



日曜日	乳 児		延長補食	幼 児	
	午 前 食	午 後 食		昼 食	お や つ
1 日					
2 月	ごはん,豆腐とツナのチーズ焼き なすのオイスター炒め煮,みそ汁(白菜),牛乳	人参蒸しパン,牛乳 コーンのスープ	くだもの	ごはん,豆腐とツナのチーズ焼き なすのオイスター炒め煮,みそ汁(白菜)	人参蒸しパン,牛乳
3 火	文 化 の 日				
4 水	ごはん,豚肉の卵焼き ひじきの五目和え,すまし汁(じゃが芋),牛乳	マカロニきなこ,牛乳 みそ汁(青菜)	おにぎり	ごはん,豚肉の卵焼き ひじきの五目和え,すまし汁(じゃが芋)	スキムミルクわらびもち 牛乳
5 木	みそ煮込みうどん,おでん風煮物,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	くだもの	みそ煮込みうどん,おでん風煮物,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
6 金	ごはん,さばけチャップ煮 れんこんきんぴら,みそ汁(もやし),牛乳	メロンパン,牛乳,野菜スープ	せんべい	ごはん,さばけチャップ煮 れんこんきんぴら,みそ汁(もやし)	メロンパン,牛乳
7 土	五目うどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(かぶ),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	しらすおにぎり,牛乳
8 日					
9 月	わかめごはん,鶏肉ヨーグルト焼き 人参しらす和え,みそ汁(なす),牛乳	焼きうどん,牛乳 わかめスープ,くだもの	ふかし芋	わかめごはん,鶏肉ヨーグルト焼き 人参しらす和え,みそ汁(なす)	焼きうどん,牛乳
10 火	ごはん,カジキと秋野菜の甘辛煮 キャベツのおかか和え,すまし汁(大根),牛乳	スイートポテト,牛乳 白菜スープ,くだもの	きなこ トースト	ごはん,カジキと秋野菜の甘辛煮 キャベツのおかか和え,すまし汁(大根)	スイートポテト 牛乳,くだもの
11 水	コッペパン,豆腐カレーソース焼き ブロッコリーサラダ,かぶのスープ	焼きおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	くだもの	コッペパン,豆腐カレーソース焼き ブロッコリーサラダ,かぶのスープ	焼きおにぎり,牛乳
12 木	ごはん,目鯛塩麹焼き 切干大根の煮物,豆乳みそ汁(白菜)	納豆入りお好み焼き,牛乳 すまし汁(麩)	チーズ クラッカー	ごはん,目鯛塩麹焼き 切干大根の煮物,豆乳みそ汁(白菜)	納豆入りお好み焼き 牛乳
13 金	ちゃんぽんうどん 高野豆腐と豚ひき肉の重ね煮,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(もやし),くだもの	ビスケット	ちゃんぽんうどん,高野豆腐のはさみ煮,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
14 土	ツナピラフ,さつま芋サラダ,もやしスープ,牛乳	きなこトースト,牛乳 大根スープ,くだもの	せんべい	ツナピラフ,さつま芋サラダ,もやしスープ	きなこトースト 牛乳,くだもの
15 日					
16 月	雑穀ごはん マーボー豆腐,もやしのナムル,かき玉汁,牛乳	チーズ蒸しパン,トマトスープ フルーツヨーグルト	おにぎり	雑穀ごはん マーボー豆腐,もやしのナムル,かき玉汁	コーンフレーククッキー フルーツヨーグルト
17 火	ごはん さわら西京焼き,小松菜納豆和え,そうめん汁,牛乳	カレーパン,牛乳,大根スープ	くだもの	ごはん さわら西京焼き,小松菜納豆和え,そうめん汁	カレーパン,牛乳
18 水	チキンクリームスパゲティー キャベツとりんごのサラダ,白菜スープ	そばろおにぎり,牛乳 みそ汁(なす),くだもの	チーズ クラッカー	チキンクリームスパゲティー キャベツとりんごのサラダ,白菜スープ,くだもの	肉おにぎり,牛乳
19 木	ごはん,ぶりソテー,鶏肉の治部煮,めった汁,牛乳	マカロニきなこ,牛乳 すまし汁(かぶ)	ジャム サンド	石川県 ごはん,ぶりソテー,鶏肉の治部煮,めった汁	あんころもち,牛乳
20 金	栗ごはん,里芋コロケ れんこんマリネ,すまし汁(豆腐),牛乳	フルーツサンド,牛乳 もやしスープ	おにぎり	誕 生 会 お 楽 し み 給 食	
21 土	わかめうどん,野菜とツナの炒め煮,牛乳	そばろおにぎり,牛乳 みそ汁(玉ねぎ),くだもの	ビスケット	わかめうどん,野菜とツナの炒め煮,くだもの	そばろおにぎり,牛乳
22 日					
23 月	勤 労 感 謝 の 日				
24 火	ごはん,豆腐ハンバーグ 大根オイスター炒め煮,すまし汁(麩),牛乳	さつま芋素揚げ,牛乳 もやしスープ,くだもの	きなこ トースト	ごはん,豆腐の肉巻き 大根オイスター炒め煮,すまし汁(麩)	ごまだんご,牛乳
25 水	豆乳パン,チキンバーベキュー ポテトサラダ,ABCスープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(大根)	ヨーグルト	豆乳パン チキンバーベキュー,ポテトサラダ,ABCスープ	昆布おにぎり,牛乳
26 木	ごはん,鮭のクリームコーン煮 切干大根の和風サラダ,みそ汁(豆腐),牛乳	ミートロール,牛乳 白菜スープ,くだもの	焼き芋	ごはん,鮭のクリームコーン煮 切干大根の和風サラダ,みそ汁(豆腐)	ウインナーロール 牛乳,くだもの
27 金	きのこうどん,秋野菜じゃこ和え,牛乳	いなりおにぎり,牛乳 みそ汁(キャベツ),くだもの	ビスケット	きのこうどん,秋野菜じゃこ和え,くだもの	いなり寿司,牛乳
28 土	五目チャーハン もやしサラダ,わかめスープ(豆腐),牛乳	きなこクリームサンド,牛乳 トマトスープ	せんべい	五目チャーハン もやしサラダ,わかめスープ(豆腐)	きなこクリームサンド 牛乳
29 日					
30 月	チキンカレーライス ごぼうサラダ,コーンと卵のスープ,牛乳	ボンデケーキ,飲むヨーグルト 野菜スープ	おにぎり	チキンカレーライス ごぼうサラダ,コーンと卵のスープ	ボンデケーキ 飲むヨーグルト

		1歳児 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食 塩 (g)
乳 児	目標量	500	18.5	15	1.8
	摂取量	500	19	15.5	1.7
幼 児	目標量	600	22.5	18	2
	摂取量	603	22.6	18.6	1.9

都合により、献立が変更になる場合がございます

