

平成 3 1 年 2 月 献 立 表

ミルキーホーム天王台園(後期食)

日 ノ 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	日 ノ 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
01 (金)	軟飯 鶏ひきと野菜の煮物 けんちん汁	米、さといも、ごま油、砂糖	鶏ひき肉	にんじん、だいこん、たまねぎ、ねぎ	かつおだし汁、しょうゆ	乳児用菓子	エネルギー 181 kcal たんぱく質 5.7 g 脂 質 3.0 g カルシウム 32 mg	15 (金)	軟飯 麻婆豆腐 中華サラダ 中華スープ(チンゲン菜)	米、ホットケーキ粉、片栗粉、砂糖、ごま油、油	木綿豆腐、調製豆乳、鶏ひき肉、淡色みそ	もやし、ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、にら、いちごジャム	酒、しょうゆ、酢、中華だしの素	蒸しパン(いちご)	エネルギー 303 kcal たんぱく質 9.3 g 脂 質 6.7 g カルシウム 86 mg
02 (土)	食パン(マーマレード) うどん ほうれん草サラダ(もやし) バナナ	食パン、干しうどん		バナナ、ほうれん草、もやし、たまねぎ、にんじん、マーマレード	めんつゆ・3倍濃縮	乳児用菓子	エネルギー 226 kcal たんぱく質 6.7 g 脂 質 2.3 g カルシウム 42 mg	16 (土)	食パン(ブルーベリー) 和風醬油パスタ 野菜スープ(キャベツ) バナナ	スバゲティ、食パン、オリーブ油		バナナ、ほうれん草、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、洋風だしの素	乳児用菓子	エネルギー 241 kcal たんぱく質 7.3 g 脂 質 3.2 g カルシウム 41 mg
04 (月)	軟飯(鶏) 鶏ひきのトマト煮 ゆで野菜(ブロッコリー) マカロニスープ	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、マカロニ、油	調製豆乳、鶏ひき肉	たまねぎ、ホールトマト缶詰、ブロッコリー、にんじん	洋風だしの素	蒸しパン・ココア	エネルギー 258 kcal たんぱく質 8.1 g 脂 質 4.7 g カルシウム 49 mg	18 (月)	軟飯(鶏) すまし汁(ほうれん草・じゃが)	米、じゃがいも	鶏ひき肉	にんじん、ほうれん草、いんげん、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	乳児用菓子	エネルギー 169 kcal たんぱく質 6.1 g 脂 質 2.5 g カルシウム 36 mg
05 (火)	軟飯(鶏) キャベツとツナのサラダ 豆腐のみそ汁(ほうれん草)	米	鶏ひき肉、木綿豆腐、ツナ油漬缶、淡色みそ	キャベツ、もやし、たまねぎ、ほうれん草、にんじん	かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 205 kcal たんぱく質 8.6 g 脂 質 4.5 g カルシウム 57 mg	19 (火)	軟飯(中華) 中華サラダ(わかめ・もやし) みかん 豆腐スープ(ほうれん草)	米、ごま油、砂糖	鶏ひき肉、木綿豆腐	みかん、もやし、にんじん、ほうれん草、さくきい、ねぎ、カットわかめ	酢、中華だしの素、しょうゆ	乳児用菓子	エネルギー 174 kcal たんぱく質 6.5 g 脂 質 4.2 g カルシウム 60 mg
06 (水)	わかめうどん ほうれん草としらすのお浸し バナナ	干しうどん	しらす干し	バナナ、ほうれん草、ねぎ、カットわかめ	しょうゆ、めんつゆ・3倍濃縮	乳児用菓子	エネルギー 148 kcal たんぱく質 5.0 g 脂 質 1.0 g カルシウム 50 mg	20 (水)	軟飯 鶏ひきと大根の煮物 小松菜のサラダ 豆腐のみそ汁(たまねぎ)	米、ホットケーキ粉、油、砂糖	調製豆乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、淡色みそ	だいこん、こまつな、キャベツ、たまねぎ、にんじん、いんげん	かつおだし汁、しょうゆ	蒸しパン	エネルギー 300 kcal たんぱく質 9.4 g 脂 質 6.0 g カルシウム 92 mg
07 (木)	トマト軟飯 もやしサラダ わかめスープ(コーン)	米、じゃがいも、ごま油	豚ひき肉	もやし、にんじん、たまねぎ、ホールトマト缶詰、カットわかめ	中華だしの素、洋風だしの素	乳児用菓子	エネルギー 191 kcal たんぱく質 5.2 g 脂 質 3.2 g カルシウム 36 mg	21 (木)	軟飯 鮭のホイル焼き(マヨカレー) 豆腐のみそ汁(ねぎ・わかめ)	米、マヨネーズ、オリーブ油	さけ、木綿豆腐、淡色みそ	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、洋風だしの素、カレー粉	乳児用菓子	エネルギー 220 kcal たんぱく質 10.1 g 脂 質 5.3 g カルシウム 54 mg
08 (金)	軟飯 炒り豆腐(ひじき) 小松菜とツナの和えもの みそ汁(だいこん)	米、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉	木綿豆腐、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	もやし、こまつな、にんじん、たまねぎ、だいこん、さやえんどう、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	ぶかし芋	エネルギー 219 kcal たんぱく質 8.4 g 脂 質 4.9 g カルシウム 71 mg	22 (金)	軟飯(鶏・野菜) キャベツと海藻のサラダ トマトスープ	米、じゃがいも	鶏ひき肉	たまねぎ、もやし、ホールトマト缶詰、キャベツ、にんじん、カットわかめ	かつおだし汁、洋風だしの素	乳児用菓子	エネルギー 158 kcal たんぱく質 6.6 g 脂 質 3.4 g カルシウム 37 mg
09 (土)	食パン(いちご) にゅうめん 小松菜とコーンの和え物 バナナ	食パン、干しそうめん		バナナ、こまつな、にんじん、ねぎ、いちごジャム	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	乳児用菓子	エネルギー 226 kcal たんぱく質 6.5 g 脂 質 2.0 g カルシウム 64 mg	23 (土)	食パン(マーマレード) ちゃんぽんラーメン ほうれん草とツナのサラダ バナナ	生中華めん、食パン、ごま油	ツナ油漬缶	バナナ、ほうれん草、キャベツ、もやし、ねぎ、にんじん、マーマレード	しょうゆ、中華だしの素、食塩	乳児用菓子	エネルギー 297 kcal たんぱく質 9.8 g 脂 質 4.5 g カルシウム 53 mg
10 (月)	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold; margin-right: 10px;">建国記念の日</div>  </div>							25 (月)	焼きそば 茹でカリフラワー 豆腐のみそ汁(小松菜・じゃが) バナナ	焼きそばめん、じゃがいも、油	木綿豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ	バナナ、カリフラワー、たまねぎ、キャベツ、もやし、こまつな、にんじん、あおりのり	かつおだし汁、中濃ソース、食塩	乳児用菓子	エネルギー 213 kcal たんぱく質 7.2 g 脂 質 4.4 g カルシウム 61 mg
12 (火)	ナポリタン キャベツとコーンのサラダ ポテトスープ バナナ	スバゲティ、じゃがいも、油、フレンチドレッシング、砂糖		バナナ、たまねぎ、キャベツ、ほうれん草、ピーマン、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、洋風だしの素	乳児用菓子	エネルギー 209 kcal たんぱく質 5.0 g 脂 質 3.7 g カルシウム 45 mg	26 (火)	軟飯(鶏・人参) ぶり大根 みそ汁(かぼちゃ)	米、砂糖	ぶり、鶏ひき肉、淡色みそ	だいこん、にんじん、かぼちゃ、ほうれん草、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん	乳児用菓子	エネルギー 230 kcal たんぱく質 11.1 g 脂 質 7.3 g カルシウム 41 mg
13 (水)	軟飯(ひじき・人参) ぶりの照り焼き みそ汁(ほうれん草)	米、砂糖	ぶり、淡色みそ	バナナ、にんじん、こまつな、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒	バナナ	エネルギー 215 kcal たんぱく質 8.5 g 脂 質 5.0 g カルシウム 32 mg	27 (水)	軟飯(鶏) 粉ふき芋(青のり) みそ汁(ほうれん草・かぼちゃ)	米、じゃがいも	鶏ひき肉、淡色みそ	ほうれん草、かぼちゃ、あおりのり	かつおだし汁、食塩	乳児用菓子	エネルギー 192 kcal たんぱく質 6.6 g 脂 質 2.8 g カルシウム 32 mg
14 (木)	軟飯 肉じゃが(鶏ひき) 麩のすまし汁	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、油、焼ふ、砂糖	絹ごし豆腐、鶏ひき肉、調製豆乳	たまねぎ、にんじん	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	豆腐のブラウニー	エネルギー 261 kcal たんぱく質 7.5 g 脂 質 5.1 g カルシウム 40 mg	28 (木)	軟飯 中華野菜煮 ほうれん草ときのこのサラダ もやしのスープ	米、片栗粉、砂糖、ごま油	鶏ひき肉、淡色みそ	もやし、ほうれん草、キャベツ、ねぎ、にんじん、ピーマン	しょうゆ、中華だしの素	乳児用菓子	エネルギー 186 kcal たんぱく質 6.5 g 脂 質 3.1 g カルシウム 42 mg

☆献立は食材や天候により、おいしく安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。

☆献立には一切、鶏卵を使用しておりません。

☆献立に使用されているマヨネーズ・加工品は卵・乳不使用のものです。

平成 3 1 年 2 月 献 立 表 ミルキーホーム天王台園(完了)

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					調味料	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの			体の調子を整えるもの
01 (金)	<節分メニュー> ちらし寿司 鬼バーク けんちん汁	米、さいとも、スパゲティ、片栗粉、パン粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、かにかまぼこ、油揚げ、ゆで大豆、でんぶ	にんじん、たまねぎ、だいこん、しいたけ、きゅうり、ねぎ、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	牛乳(未満児のみ) 牛乳 市販菓子	エネルギー 470 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 15.9 g カルシウム 296 mg	15 (金)	麦ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ 中華スープ(チンゲン菜・コーン)	米、ホットケーキ粉、押麦、片栗粉、砂糖、ごま油、こま	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、調理豆乳、ハム、淡色みそ	もやし、ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、にら、コーン缶、いちごジャム、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ、酢、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(いちご)	エネルギー 464 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 14.9 g カルシウム 292 mg
02 (土)	食パン(マーマレード) カレーうどん ほうれん草サラダ(もやし) バナナ	食パン、干しうどん、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、ねぎ、マーマレード	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 447 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 11.9 g カルシウム 280 mg	16 (土)	食パン(ブルーベリー) 和風醤油パスタ 野菜スープ(キャベツ) バナナ	スパゲティ、食パン、オリーブ油	牛乳、ペーコン	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、しめじ、キャベツ、にんじん、ブルーベリージャム、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ、洋風だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 420 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 12.5 g カルシウム 274 mg
04 (月)	ごはん(麦入り) ボークピース ブロッコリーのガーリックソテー マカロニスープ	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、マカロニ、オリーブ油、砂糖	牛乳、調理豆乳、豚肉(もも)、ゆで大豆、ベーコン	たまねぎ、ホールトマト缶、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、にんにく	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン・ココア	エネルギー 460 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 14.7 g カルシウム 260 mg	18 (月)	麦ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきの五目煮 すまし汁(ほうれん草・じゃが)	米、押麦、じゃがいも、砂糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、鶏もも肉、ゆで大豆、油揚げ、いわし(田作り)	ほうれん草、にんじん、いんげん、ひじき、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 436 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 16.7 g カルシウム 327 mg
05 (火)	ごはん(麦入り) 豚肉のしょうが焼き キャベツとツナのサラダ 豆腐のみそ汁(ほうれん草)	米、食パン、押麦、和風ドレッシング、グラニュー糖、アルギン用マーガリン、油	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ツナ油漬缶、淡色みそ	たまねぎ、キャベツ、もやし、ほうれん草、にんじん、しょうが	牛乳(未満児のみ) 牛乳 シュガートースト	エネルギー 422 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 14.7 g カルシウム 248 mg	19 (火)	中華丼 中華サラダ(わかめ・もやし) 豆腐スープ(ほうれん草) みかん	米、食パン、押麦、ごま油、油、グラニュー糖、片栗粉、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、きな粉	みかん、もやし、はくさい、にんじん、ほうれん草、ねぎ、しょうが、カットわかめ、しょうが、にんにく	酢、しょうゆ、中華だしの素、オysterソース、塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 揚げパンきなこスティック	エネルギー 449 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 15.9 g カルシウム 262 mg
06 (水)	わかめうどん ちくわ磯辺揚げ ほうれん草とちらすのお浸し バナナ	干しうどん、米、油、小麦粉、砂糖	牛乳、ちくわ、鶏ひき肉、ちらす干し	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、ピーマン、カットわかめ、あおのり	牛乳(未満児のみ) 牛乳 チャーハン(鶏肉)	エネルギー 407 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 12.1 g カルシウム 244 mg	20 (水)	麦ごはん 大根と鶏肉のこつり煮 小松菜のごま酢和え 豆腐のみそ汁(たまねぎ)	米、ホットケーキ粉、押麦、ごま油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、調理豆乳、淡色みそ	だいこん、ごまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン缶、いんげん、干し豆腐	かつおだし汁、ぼん酢、しょうゆ、しょうゆ、本みりん、酒	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン・レーズン	エネルギー 400 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 11.5 g カルシウム 293 mg
07 (木)	ドライカレーライス もやしサラダ わかめスープ(コーン)	米、じゃがいも、押麦、小麦粉、和風ドレッシング、油、片栗粉、ごま油、ごま	牛乳、豚ひき肉、凍り豆腐	にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、ホールトマト缶、にら、カットわかめ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 チヂミ	エネルギー 448 kcal たんぱく質 16.0 g 脂 質 16.7 g カルシウム 261 mg	21 (木)	麦ごはん 鮭のホイル焼き(マヨカレー) じゃが芋と豚バラの煮物 豆腐のみそ汁(ねぎ・わかめ)	米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、砂糖、オリーブ油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、調理豆乳、淡色みそ	にんじん、ごまつな、さけ、木綿豆腐、豚肉(ばら)、淡色みそ	かつおだし汁、しょうゆ、昆布だし汁、しょうゆ、醤油、塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 378 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 10.5 g カルシウム 189 mg
08 (金)	麦ごはん 炒り豆腐(ひじき) 小松菜とツナの和えもの みそ汁(だいこん・えのき)	じゃがいも、米、押麦、米粉、和風ドレッシング、油、砂糖、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	もやし、ごまつな、にんじん、たまねぎ、だいこん、えのきたけ、さやえんどう、ひじき、干ししいたけ、あおのり	牛乳(未満児のみ) 牛乳 芋もち	エネルギー 384 kcal たんぱく質 15.3 g 脂 質 12.9 g カルシウム 274 mg	22 (金)	<誕生会メニュー> カレーライス キャベツと海藻のサラダ トマトスープ	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、油、砂糖、和風ドレッシング	牛乳、調理豆乳、豚肉(もも)、鶏ひき肉、生クリーム	たまねぎ、いちご、にんじん、もやし、ホールトマト缶、コーン缶、キャベツ、カットわかめ	カレールウ、洋風だしの素、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 誕生日ケーキ	エネルギー 445 kcal たんぱく質 14.4 g 脂 質 15.8 g カルシウム 247 mg
09 (土)	食パン(いちご) にゅうめん 小松菜とコーンの和え物 バナナ	食パン、干しとうめい、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉	バナナ、ごまつな、にんじん、ねぎ、コーン缶、いちごジャム	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 404 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 10.2 g カルシウム 297 mg	23 (土)	食パン(マーマレード) ちやんぼんラーメン ほうれん草とツナのサラダ バナナ	生中華めん、食パン、和風ドレッシング、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、ツナ油漬缶	バナナ、ほうれん草、キャベツ、もやし、ねぎ、コーン缶、にんじん、マーマレード	しょうゆ、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 489 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 13.8 g カルシウム 286 mg
10 (月)	建国記念の日 						25 (月)	焼きそば (カリフラワーとコーンのサラダ 豆腐のみそ汁(小松菜・じゃが) バナナ)	焼きそばめん、米、じゃがいも、レンチドレッシング、油、ごま	牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、淡色みそ	バナナ、カリフラワー、にんじん、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、もやし、ごまつな、ひじき、あおのり	かつおだし汁、中濃ソース、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ひじきおにぎり	エネルギー 406 kcal たんぱく質 14.7 g 脂 質 12.1 g カルシウム 262 mg
12 (火)	ナポリタン キャベツとコーンのサラダ ポテトスープ バナナ	スパゲティ、米、じゃがいも、油、フレッシュドレッシング、砂糖、ごま	牛乳、ウインナーソーセージ、ペーコン	バナナ、たまねぎ、キャベツ、ほうれん草、ピーマン、コーン缶、にんじん、こんぶ佃煮	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり(昆布)	エネルギー 440 kcal たんぱく質 14.0 g 脂 質 15.3 g カルシウム 235 mg	26 (火)	おこわ(鶏・昆布) ぶり大根 みそ汁(かぼちゃ)	米、食パン、もち米、砂糖、マヨネーズ、油	牛乳、ぶり、鶏もも肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	だいこん、しめじ、かぼちゃ、ほうれん草、にんじん、刻みこんぶ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ツナトースト	エネルギー 458 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 16.3 g カルシウム 233 mg
13 (水)	おこわ(大豆・鶏肉) ぶりの照り焼き みそ汁(ほうれん草・あげ)	米、ホットケーキ粉、もち米、油、砂糖	牛乳、ぶり、ゆで大豆、調理豆乳、鶏もも肉、油揚げ、淡色みそ	バナナ、にんじん、ごまつな、ひじき、干ししいたけ、こんぶ(だし用)	牛乳(未満児のみ) 牛乳 バナナのフリッター	エネルギー 451 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 17.4 g カルシウム 263 mg	27 (水)	わかめご飯 鶏のから揚げ 粉ふき芋(青のり) みそ汁(ほうれん草・かぼちゃ)	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、調理豆乳、淡色みそ	ほうれん草、かぼちゃ、にんにく、しょうが、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、酒、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(抹茶)	エネルギー 441 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 13.0 g カルシウム 210 mg
14 (木)	麦ごはん 凍り豆腐のから揚げ 肉じゃが(豚肉) 麩のすまし汁(なめこ)	じゃがいも、米、ホットケーキ粉、押麦、しらす油、片栗粉、焼ふ、砂糖	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、凍り豆腐、調理豆乳	たまねぎ、にんじん、ごまつな、グリーンピース(冷凍)、しょうが、にんにく	牛乳(未満児のみ) 牛乳 豆腐のブラウニー	エネルギー 472 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 16.0 g カルシウム 285 mg	28 (木)	ごはん(麦入り) 回鍋肉 豆腐のブラウニー	米、押麦、ワントンの皮、片栗粉、和風ドレッシング、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、豚ひき肉、淡色みそ	もやし、ほうれん草、キャベツ、しめじ、ねぎ、にんじん、ピーマン、にら、万能ねぎ、しょうが、にんにく	しょうゆ、酒、オysterソース、中華だしの素、塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 410 kcal たんぱく質 15.1 g 脂 質 13.1 g カルシウム 278 mg

☆献立は食材や天候により、おいしくて安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。

☆献立には一切、鶏卵を使用しておりません。

☆献立に使用されているマヨネーズ・加工品は卵・乳不使用のものです。

平成 31 年 2 月 献立表 ルキーホーム天王台園(未満児)

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					調味料	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの			体の調子を整えるもの
01 (金)	<節分メニュー> ちらし寿司 鬼パーグ けんちん汁	米、さいとも、スパゲティ、片栗粉、パン粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、かにかまぼこ、油揚げ、ゆで大豆、でんぶ	にんじん、たまねぎ、だいこん、しいたけ、きゅうり、ねぎ、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	かつおだし汁、すし酢、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 市販菓子	エネルギー 470 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 15.9 g カルシウム 296 mg	麦ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ 中華スープ(チンゲン菜・コーン)	米、ホットケーキ粉、押麦、片栗粉、砂糖、ごま油、こま	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、調理豆乳、ハム、淡色みそ	もやし、ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、にら、コーン缶、いちごジャム、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ、酢、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(いちご)	エネルギー 464 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 14.9 g カルシウム 292 mg
02 (土)	食パン(マーマレード) カレーうどん ほうれん草サラダ(もやし) バナナ	食パン、干しうどん、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、ねぎ、マーマレード	カレールー、めんつゆ・3倍濃縮	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 447 kcal たんぱく質 16.2 g 脂 質 11.9 g カルシウム 280 mg	食パン(ブルーベリー) 和風醤油パスタ 野菜スープ(キャベツ) バナナ	スパゲティ、食パン、オリーブ油	牛乳、ベーコン	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、しめじ、キャベツ、にんじん、ブルーベリージャム、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ、洋風だしの素、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 420 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 12.5 g カルシウム 274 mg
04 (月)	ごはん(麦入り) ボークピース ブロッコリーのガーリックソテー マカロニスープ	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、マカロニ、オリーブ油、砂糖	牛乳、調製豆乳、豚肉(もも)、ゆで大豆、ベーコン	たまねぎ、ホールトマト缶、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、にんにく	ケチャップ、洋風だしの素、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン・ココア	エネルギー 460 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 14.7 g カルシウム 260 mg	麦ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきの五目煮 すまし汁(ほうれん草・じゃが)	米、押麦、じゃがいも、砂糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、鶏もも肉、ゆで大豆、油揚げ、いわし(田作り)	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おやつ小鱼 ビスケット	エネルギー 436 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 16.7 g カルシウム 327 mg	
05 (火)	ごはん(麦入り) 豚肉のしょうが焼き キャベツとツナのサラダ 豆腐のみそ汁(ほうれん草)	米、食パン、押麦、和風ドレッシング、グラニュー糖、アルギン用マーガリン、油	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ツナ油漬缶、淡色みそ	たまねぎ、キャベツ、もやし、ほうれん草、にんじん、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、酒	牛乳(未満児のみ) 牛乳 シュガートースト	エネルギー 422 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 14.7 g カルシウム 248 mg	中華丼 中華サラダ(わかめ・もやし) 豆腐スープ(ほうれん草) みかん	米、食パン、押麦、ごま油、油、グラニュー糖、片栗粉、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、きな粉	みかん、もやし、はくさい、にんじん、ほうれん草、ねぎ、しょうが、カットわかめ、しょうが、にんにく	酢、しょうゆ、中華だしの素、オイスターソース、塩こしょう、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 揚げパンきなこスティック	エネルギー 449 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 15.9 g カルシウム 262 mg
06 (水)	わかめうどん ちくわ磯辺揚げ ほうれん草とちらすのお浸し バナナ	干しうどん、米、油、小麦粉、砂糖	牛乳、ちくわ、鶏ひき肉、ちらす干し	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、ピーマン、カットわかめ、あおのり	しょうゆ、酒、かつおだし汁、塩こしょう、めんつゆ・3倍濃縮	牛乳(未満児のみ) 牛乳 チャーハン(鶏肉)	エネルギー 407 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 12.1 g カルシウム 244 mg	麦ごはん 大根と鶏肉のこつり煮 小松菜のごま酢和え 豆腐のみそ汁(たまねぎ)	米、ホットケーキ粉、押麦、ごま油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、調理豆乳、淡色みそ	かつおだし汁、みりん、こまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン缶、いんげん、干し豆腐	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン・レーズン	エネルギー 400 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 11.5 g カルシウム 293 mg	
07 (木)	ドライカレーライス もやしサラダ わかめスープ(コーン)	米、じゃがいも、押麦、小麦粉、和風ドレッシング、油、片栗粉、ごま油、ごま	牛乳、豚ひき肉、凍り豆腐	にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、ホールトマト缶、にら、カットわかめ	カレールー、中濃ソース、ケチャップ、すし酢、しょうゆ、中華だしの素、塩こしょう、カレー粉、洋風だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 チヂミ	エネルギー 448 kcal たんぱく質 16.0 g 脂 質 16.7 g カルシウム 261 mg	麦ごはん 鮭のホイル焼き(マヨカレー) じゃが芋と豚バラの煮物 豆腐のみそ汁(ねぎ・わかめ)	米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、砂糖、オリーブ油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、調理豆乳、豚肉(ばら)、淡色みそ	にんじん、こまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン缶、いんげん、干し豆腐	かつおだし汁、みりん、こまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、みりん、酒	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ヨーグルト せんべい	エネルギー 378 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 10.5 g カルシウム 189 mg
08 (金)	麦ごはん 炒り豆腐(ひじき) 小松菜とツナの和えもの みそ汁(だいこん・えのき)	じゃがいも、米、押麦、米粉、和風ドレッシング、油、砂糖、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	もやし、こまつな、にんじん、たまねぎ、だいこん、えのきたけ、さやえんどう、ひじき、干しいたけ、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 芋もち	エネルギー 384 kcal たんぱく質 15.3 g 脂 質 12.9 g カルシウム 274 mg	<誕生会メニュー> カレーライス キャベツと海藻のサラダ トマトスープ	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、油、砂糖、和風ドレッシング	牛乳、調製豆乳、豚肉(もも)、鶏ひき肉、生クリーム	たまねぎ、いちご、にんじん、もやし、ホールトマト缶、コーン缶、キャベツ、カットわかめ	カレールー、洋風だしの素、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 誕生日ケーキ	エネルギー 445 kcal たんぱく質 14.4 g 脂 質 15.8 g カルシウム 247 mg
09 (土)	食パン(いちご) にゅうめん 小松菜とコーンの和え物 バナナ	食パン、干しとうめい、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉	バナナ、こまつな、にんじん、ねぎ、コーン缶、いちごジャム	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 404 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 10.2 g カルシウム 297 mg	焼きそば (カリフラワーとコーンのサラダ 豆腐のみそ汁(小松菜・じゃが) バナナ)	生中華めん、食パン、和風ドレッシング、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、ツナ油漬缶	バナナ、ほうれん草、キャベツ、もやし、ねぎ、コーン缶、にんじん、マーマレード	しょうゆ、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 489 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 13.8 g カルシウム 286 mg
10 (月)	建国記念の日 						25 (月)	焼きそば (カリフラワーとコーンのサラダ 豆腐のみそ汁(小松菜・じゃが) バナナ)	焼きそばめん、米、じゃがいも、リンチドレッシング、油、ごま	牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、淡色みそ	バナナ、カリフラワー、にんじん、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、もやし、こまつな、ひじき、あおのり	かつおだし汁、中濃ソース、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ひじきおにぎり	エネルギー 406 kcal たんぱく質 14.7 g 脂 質 12.1 g カルシウム 262 mg
12 (火)	ナポリタン キャベツとコーンのサラダ ポテトスープ バナナ	スパゲティ、米、じゃがいも、油、フレッシュドレッシング、砂糖、ごま	牛乳、ウインナーソーセージ、ベーコン	バナナ、たまねぎ、キャベツ、ほうれん草、ピーマン、コーン缶、にんじん、こんぶ佃煮	ケチャップ、中濃ソース、洋風だしの素、食塩、塩こしょう、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり(昆布)	エネルギー 440 kcal たんぱく質 14.0 g 脂 質 15.3 g カルシウム 235 mg	おこわ(鶏・昆布) ぶり大根 みそ汁(かぼちゃ)	米、食パン、もち米、砂糖、マヨネーズ、油	牛乳、ぶり、鶏もも肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	だいこん、しめじ、かぼちゃ、ほうれん草、にんじん、刻みこんぶ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ツナトースト	エネルギー 458 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 16.3 g カルシウム 233 mg
13 (水)	おこわ(大豆・鶏肉) ぶりの照り焼き みそ汁(ほうれん草・あげ)	米、ホットケーキ粉、もち米、油、砂糖	牛乳、ぶり、ゆで大豆、調製豆乳、鶏もも肉、油揚げ、淡色みそ	バナナ、にんじん、こまつな、ひじき、干しいたけ、こんぶ(だし用)	かつおだし汁、しょうゆ、酒、本みりん、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 バナナのフリッター	エネルギー 451 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 17.4 g カルシウム 263 mg	わかめご飯 鶏のから揚げ 粉ふき芋(青のり) みそ汁(ほうれん草・かぼちゃ)	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	ほうれん草、かぼちゃ、にんにく、しょうが、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、酒、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(抹茶)	エネルギー 441 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 13.0 g カルシウム 210 mg
14 (木)	麦ごはん 凍り豆腐のから揚げ 肉じゃが(豚肉) 麩のすまし汁(なめこ)	じゃがいも、米、ホットケーキ粉、押麦、しらす油、片栗粉、焼ふ、砂糖	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、調理豆乳	たまねぎ、にんじん、こまつな、グリーンピース(冷凍)、しょうが、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん、洋風だしの素、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 豆腐のブラウニー	エネルギー 472 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 16.0 g カルシウム 285 mg	ごはん(麦入り) 回鍋肉 豆腐のブラウニー	米、押麦、ワントンの皮、片栗粉、和風ドレッシング、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、豚ひき肉、淡色みそ	もやし、ほうれん草、キャベツ、しめじ、ねぎ、にんじん、ピーマン、にら、万能ねぎ、しょうが、にんにく	しょうゆ、酒、オイスターソース、中華だしの素、塩こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 410 kcal たんぱく質 15.1 g 脂 質 13.1 g カルシウム 278 mg

☆献立は食材や天候により、おいしくて安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。
 ☆献立には一切、鶏卵を使用しておりません。
 ☆献立に使用されているマヨネーズ・加工品は卵・乳不使用のものです。

ミルキーホーム天王台園(以上児)

日 ノ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価	日 ノ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
01 (金)	<節分メニュー> 恵方巻 鬼バナー けんちん汁	米、さいいも、スバグテイ、片栗粉、パン粉、砂糖、油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、かにかまぼこ、油揚げ、ゆで大豆、でんぶ	にんじん、たまねぎ、だいこん、しいたけ、きゅうり、ねぎ、コーン缶、グリーンピース(冷凍)、焼きのり	かつおだし汁、すし酢、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 市販菓子	エネルギー 723 kcal たんぱく質 29.6 g 脂 質 24.4 g カルシウム 456 mg	(金)	麦ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ 中華スープ(チンゲン菜・コーン)	米、ホットケーキ粉、押麦、片栗粉、砂糖、ごま油、ごま	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、調理豆乳、ハム、淡色みそ	もやし、ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、にら、コーン缶、いちごジャム、にんにく、しょうが	酒、しょうゆ、酢、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(いちご)	エネルギー 713 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 22.9 g カルシウム 449 mg
02 (土)	食パン(マーマレード) カレーうどん ほうれん草サラダ(もやし) バナナ	食パン、干しうどん、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、ねぎ、マーマレード	カレールー、めんつゆ・3倍濃縮	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 688 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 18.2 g カルシウム 431 mg	(土)	食パン(ブルーベリー) 和風醤油パスタ 野菜スープ(キャベツ) バナナ	スバグテイ、食パン、オリーブ油	牛乳、ペーコン	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、キャベツ、にんじん、ブルーベリージャム、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ、洋風だしの素、食塩、しょうが	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 647 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 19.2 g カルシウム 421 mg
04 (月)	ごはん(麦入り) ボーグビーンズ ブロッコリーのガーリックソース マカロニスープ	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、マカロニ、オリーブ油、油、砂糖	牛乳、調製豆乳、豚肉(もも)、ゆで大豆、ペーコン	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、にんにく	ケチャップ、洋風だしの素、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン・ココア	エネルギー 708 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 22.6 g カルシウム 400 mg	(月)	麦ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきの五目煮 すまし汁(ほうれん草・じゃが)	米、押麦、じゃがいも、砂糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、鶏もも肉、ゆで大豆、油揚げ、いわし(田作り)	ほうれんそう、にんじん、いんげん、ひじき、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おやつ小魚 ビスケット	エネルギー 671 kcal たんぱく質 31.8 g 脂 質 25.7 g カルシウム 504 mg
05 (火)	ごはん(麦入り) 豚肉のしょうが焼き キャベツとツナのサラダ 豆腐のみそ汁(ほうれんそう)	米、食パン、押麦、和風ドレッシング、グラニュー糖、アレルギー用マーガリン、油	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ツナ油漬缶、淡色みそ	たまねぎ、キャベツ、もやし、ほうれんそう、にんじん、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、酒	牛乳(未満児のみ) 牛乳 シュガートースト	エネルギー 650 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 25.5 g カルシウム 382 mg	(火)	中華丼 中華サラダ(わかめ・もやし) 豆腐スープ(ほうれん草) みかん	米、食パン、押麦、ごま油、油、グラニュー糖、片栗粉、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、きな粉	みかん、もやし、ほうれんそう、にんじん、しょうが、ねぎ、しいたけ、カットわかめ、しょうが、にんにく	しょうゆ、中華だしの素、オイスターソース、塩、こしょう、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 揚げパンきなこスティック	エネルギー 690 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 25.4 g カルシウム 402 mg
06 (水)	わかめうどん ちくわ磯辺揚げ ほうれん草としらすのお浸し バナナ	干しうどん、米、油、小麦粉、砂糖	牛乳、ちくわ、鶏ひき肉、しらす干し	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、ピーマン、カットわかめ、あおのり	しょうゆ、酒、かつおだし汁、塩、こしょう、めんつゆ・3倍濃縮	牛乳(未満児のみ) 牛乳 チャーハン(鶏肉)	エネルギー 626 kcal たんぱく質 18.7 g カルシウム 376 mg	(水)	麦ごはん 大根と鶏肉のこつてり煮 小松菜のごまポン酢和え 豆腐のみそ汁(たまねぎ)	米、ホットケーキ粉、押麦、ごま油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、調理豆乳、淡色みそ	かつおだし汁、ごまつな、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、本みりん、酒	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン・レーズン	エネルギー 615 kcal たんぱく質 26.8 g 脂 質 17.7 g カルシウム 451 mg	
07 (木)	ドライカレーライス もやしサラダ わかめスープ(コーン)	米、じゃがいも、押麦、小麦粉、和風ドレッシング、油、片栗粉、ごま油、ごま	牛乳、豚ひき肉、凍り豆腐	にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、ホールトマト缶詰、にら、カットわかめ	カレールー、中濃ソース、ケチャップ、すし酢、しょうゆ、中華だしの素、塩、こしょう、カレー	牛乳(未満児のみ) 牛乳 チヂミ	エネルギー 689 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 25.6 g カルシウム 491 mg	(木)	ごはん 鮭のホイル焼き(マヨカレー) じゃが芋と豚バラの煮物 豆腐のみそ汁(ねぎ・わかめ)	米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、砂糖、オリーブ油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、豚肉(ばら)、淡色みそ	にんじん、ごまつな、しょうが、にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン缶、いんげん、干しぶどう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ヨーグルト せんべい	エネルギー 582 kcal たんぱく質 26.3 g 脂 質 16.2 g カルシウム 291 mg	
08 (金)	麦ごはん 炒り豆腐(ひじき) 小松菜とツナの和えもの みそ汁(だいこん・えのき)	じゃがいも、米、押麦、米粉、和風ドレッシング、油、砂糖、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	たまねぎ、ごまつな、にんじん、たまねぎ、だいこん、えのきたけ、さやえんどう、ひじき、干ししいたけ、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 芋もち	エネルギー 591 kcal たんぱく質 23.5 g 脂 質 19.8 g カルシウム 421 mg	(金)	<誕生会メニュー> カレーライス キャベツと海藻のサラダ トマトスープ	米、じゃがいも、米、ホットケーキ粉、押麦、油、砂糖、和風ドレッシング	牛乳、調製豆乳、豚肉(もも)、鶏ひき肉、生クリーム	たまねぎ、いちご、にんじん、もやし、ホールトマト缶詰、コーン缶、キャベツ、カットわかめ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 誕生日ケーキ	エネルギー 684 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 24.3 g カルシウム 380 mg	
09 (土)	食パン(いちご) にゅうめん 小松菜とコーンの和え物 バナナ	食パン、干しそうめん、和風ドレッシング	牛乳、鶏もも肉	バナナ、ごまつな、にんじん、ねぎ、コーン缶、いちごジャム	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 621 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 15.7 g カルシウム 457 mg	(土)	食パン(マーマレード) ちゃんぽんラーメン ほうれん草とツナのサラダ バナナ	生中華めん、食パン、和風ドレッシング、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、ツナ油漬缶	バナナ、ほうれんそう、キャベツ、もやし、ねぎ、コーン缶、にんじん、マーマレード	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 752 kcal たんぱく質 28.8 g 脂 質 21.2 g カルシウム 440 mg	
10 (月)	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <h1 style="margin: 0;">建国記念の日</h1> </div> <div style="text-align: center;"> </div> </div>														
12 (火)	ナポリタン キャベツとコーンのサラダ ポテトスープ バナナ	スバグテイ、米、じゃがいも、油、フレンチドレッシング、砂糖、ごま	牛乳、ウインナーソーセージ、ペーコン	バナナ、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう、ピーマン、コーン缶、にんじん、こんぶ佃煮	ケチャップ、中濃ソース、洋風だしの素、食塩、塩こしょう、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり(昆布)	エネルギー 677 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 23.5 g カルシウム 362 mg	(火)	おこわ(鶏・昆布) ぶり大根 みそ汁(かぼちゃ)	米、食パン、もち米、砂糖、マヨネーズ、油	牛乳、ぶり、鶏もも肉、ツナ油漬缶、淡色みそ	だいこん、しめじ、かぼちゃ、ほうれんそう、にんじん、刻みこんぶ、しょうが	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ツナトースト	エネルギー 705 kcal たんぱく質 30.4 g 脂 質 25.1 g カルシウム 358 mg	
13 (水)	おこわ(大豆・鶏肉) ぶりの照り焼き みそ汁(ほうれん草・あげ)	米、ホットケーキ粉、もち米、油、砂糖	牛乳、ぶり、鶏もも肉、油揚げ、淡色みそ	バナナ、にんじん、ごまつな、にんじん、たまねぎ、だいこん、えのきたけ、こんぶ(だし用)	かつおだし汁、しょうゆ、酒、本みりん、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 バナナのフリッター	エネルギー 694 kcal たんぱく質 27.7 g 脂 質 26.7 g カルシウム 404 mg	(水)	わかめご飯 鶏のから揚げ 粉ふき芋(青のり) みそ汁(ほうれん草・かぼちゃ)	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、油、片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、調理豆乳、淡色みそ	ほうれんそう、かぼちゃ、にんにく、しょうが、あおのり	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(抹茶)	エネルギー 679 kcal たんぱく質 27.8 g 脂 質 19.9 g カルシウム 323 mg	
14 (木)	麦ごはん 凍り豆腐のから揚げ 肉じゃが(豚肉) 麩のすまし汁(なめこ)	じゃがいも、米、ホットケーキ粉、押麦、しらす油、片栗粉、焼ふ、砂糖	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、凍り豆腐、調製豆乳	たまねぎ、にんじん、なめこ、グリーンピース(冷凍)、しょうが、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん、洋風だしの素、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 豆腐のブラウニー	エネルギー 726 kcal たんぱく質 27.3 g 脂 質 24.6 g カルシウム 439 mg	(木)	ごはん(麦入り) 回鍋肉 ほうれん草ときのこのサラダ ワンダンスープ	米、押麦、ワンタンの皮、片栗粉、和風ドレッシング、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、豚ひき肉、淡色みそ	もやし、ほうれんそう、キャベツ、しめじ、ねぎ、にんじん、ピーマン、にら、万能ねぎ、しょうが、にんにく	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 631 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 20.2 g カルシウム 427 mg	

☆献立は食材や天候により、おいしくて安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。

☆献立には一切、鶏卵を使用しておりません。

☆献立に使用されているマヨネーズ・加工品は卵・乳不使用のものです。