


# 平成31年3月献立表

ミルクホーム天王台園(後期食)

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	調味料		
01 (金)	軟飯(鮭) 菜花のごまポン酢和え 豆腐のすまし汁 もも缶	米、すりごま、焼ふ	木綿豆腐、さけ	もも缶(白桃)、はくさい、なばな、にんじん、さやえんどう	昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、ほん酢しょうゆ	乳児用菓子	エネルギー 508 kcal たんぱく質 10.6 g 脂質 2.6 g カルシウム 79 mg	16 (土)	食パン(マーマレード) 味噌ラーメン ほうれん草サラダ バナナ	干し中華めん、食パン、砂糖、ごま油、ごま	淡色みそ	バナナ、ほうれんそう、もやし、キャベツ、ねぎ、にんじん、マーマレード	めんつゆ・3倍濃縮、中華だしの素	乳児用菓子	エネルギー 222 kcal たんぱく質 6.5 g 脂質 2.9 g カルシウム 52 mg
02 (土)	食パン(いちご) 肉うどん もやしのツナ和え バナナ	干しうどん、食パン	ツナ油漬缶	バナナ、もやし、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、いちごジャム	かつおだし汁、中華だしの素、食塩	乳児用菓子	エネルギー 214 kcal たんぱく質 6.7 g 脂質 3.1 g カルシウム 36 mg	18 (月)	軟飯(鶏・キャベツ) かぼちゃのサラダ みそ汁(切干し・えのき)	米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、油	鶏ひき肉、調製豆乳、淡色みそ	かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、いちごジャム、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ	蒸しパン(いちご)	エネルギー 281 kcal たんぱく質 8.0 g 脂質 6.0 g カルシウム 49 mg
04 (月)	軟飯(わかめ) 鶏ひきもやしの煮物 みそ汁(小松菜・しめじ)	さつまいも、米、砂糖	鶏ひき肉、淡色みそ	こまつな、もやし、にんじん	かつおだし汁、しょうゆ	さつまいもスティック	エネルギー 220 kcal たんぱく質 6.4 g 脂質 2.5 g カルシウム 53 mg	19 (火)	軟飯(鶏・野菜) ブロッコリーとツナの和え物 みそ汁(小松菜・じゃが)	米、じゃがいも	ツナ油漬缶、淡色みそ	もやし、ブロッコリー、にんじん、だいこん、こまつな	かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 169 kcal たんぱく質 5.1 g 脂質 2.4 g カルシウム 50 mg
05 (火)	軟飯 鶏ひきとキャベツの煮物 ゆでブロッコリー ほうれん草の中華スープ	米、ごま、砂糖、ごま油	鶏ひき肉	ブロッコリー、ほうれんそう、ねぎ、キャベツ、にら	しょうゆ、中華だしの素、かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 185 kcal たんぱく質 6.6 g 脂質 3.8 g カルシウム 66 mg	20 (水)	軟飯 ベジタブルスープ フルーツポンチ	米	鶏ひき肉	たまねぎ、キャベツ、みかん缶、もも缶(白桃)、にんじん	洋風だしの素、かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 182 kcal たんぱく質 5.6 g 脂質 2.5 g カルシウム 26 mg
06 (水)	軟飯 さけのムニエル 卵の花(鶏ひき肉・ねぎ) 麩のみそ汁(ほうれん草)	米、小麦粉、油、砂糖、焼ふ	さけ、おから、鶏ひき肉、淡色みそ	ほうれんそう、にんじん、ねぎ、いんげん	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩	乳児用菓子	エネルギー 216 kcal たんぱく質 11.0 g 脂質 3.8 g カルシウム 46 mg	21 (木)							
07 (木)	トマトツナパスタ ポテトサラダ 野菜スープ(キャベツ) いちご	じゃがいも、スパゲティ、マヨネーズ、オリーブ油	ツナ油漬缶	たまねぎ、いちご、ホールトマト缶詰、にんじん、きゅうり	ケチャップ、洋風だしの素	乳児用菓子	エネルギー 248 kcal たんぱく質 7.5 g 脂質 7.3 g カルシウム 41 mg	22 (金)	軟飯 さわらの西京焼き ほうれん草のお浸し 麩のすまし汁	米、砂糖、焼ふ	さわら、淡色みそ	ほうれんそう、いちご	かつおだし汁、本みりん、酒、しょうゆ、かつお・昆布だし汁、食塩	いちご	エネルギー 187 kcal たんぱく質 8.7 g 脂質 3.0 g カルシウム 24 mg
08 (金)	軟飯 鶏ひきとブロッコリーの煮物 みそ汁(切干し・わかめ)	米、ホットケーキ粉、砂糖、油	鶏ひき肉、調製豆乳、淡色みそ	ブロッコリー、キャベツ、りんご、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ	蒸しパン(りんご)	エネルギー 221 kcal たんぱく質 7.3 g 脂質 3.9 g カルシウム 48 mg	23 (土)	食パン(いちご) ミートスパゲティ 野菜スープ バナナ	スパゲティ、食パン、油、砂糖		たまねぎ、バナナ、にんじん、キャベツ、いちごジャム	ケチャップ、ウスターソース、洋風だしの素、しょうゆ	乳児用菓子	エネルギー 230 kcal たんぱく質 6.1 g 脂質 2.8 g カルシウム 38 mg
09 (土)	食パン(ブルーベリー) うどん 小松菜とツナのお浸し バナナ	干しうどん、食パン、砂糖	鶏もも肉、ツナ油漬缶、かつお節	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、めんつゆ・3倍濃縮	乳児用菓子	エネルギー 244 kcal たんぱく質 9.4 g 脂質 4.3 g カルシウム 64 mg	25 (月)	軟飯 肉豆腐 キャベツとわかめのサラダ 麩のみそ汁(白菜)	米、ホットケーキ粉、油、砂糖、焼ふ	木綿豆腐、調製豆乳、鶏ひき肉、淡色みそ	キャベツ、たまねぎ、はくさい、にんじん、ねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	蒸しパン	エネルギー 315 kcal たんぱく質 10.1 g 脂質 6.2 g カルシウム 105 mg
11 (月)	軟飯 和風ハンバーグ すまし汁(じゃが芋・ニラ)	米、じゃがいも、片栗粉、パン粉、油、砂糖	木綿豆腐、鶏ひき肉	にんじん、にら、たまねぎ、さやえんどう、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、酒、食塩	乳児用菓子	エネルギー 224 kcal たんぱく質 6.9 g 脂質 4.0 g カルシウム 56 mg	26 (火)	軟飯 かじきと野菜の煮物 すまし汁(じゃが・ほうれん草)	米、じゃがいも	かじき	もやし、こまつな、ほうれんそう	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 168 kcal たんぱく質 6.1 g 脂質 2.0 g カルシウム 43 mg
12 (火)	軟飯 鶏と小松菜の煮物 みそ汁(白菜・さつまいも)	米、さつまいも(皮付)	鶏ひき肉、淡色みそ	もやし、こまつな、はくさい、にんじん	かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 176 kcal たんぱく質 5.8 g 脂質 2.7 g カルシウム 47 mg	27 (水)	焼きそば みそ汁(だいこん・わかめ) いちご	焼きそばめん、油	鶏ひき肉、淡色みそ	いちご、キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、カットわかめ、あおのり	かつおだし汁、中濃ソース	乳児用菓子	エネルギー 176 kcal たんぱく質 5.5 g 脂質 3.7 g カルシウム 44 mg
13 (水)	みそ煮込みうどん ほうれん草とわかめの和え物 いちご	干しうどん、すりごま	鶏ひき肉、淡色みそ	いちご、ほうれんそう、にんじん、だいこん、ねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、ほん酢しょうゆ	乳児用菓子	エネルギー 234 kcal たんぱく質 9.2 g 脂質 3.7 g カルシウム 68 mg	28 (木)	軟飯(鶏) チヨレギサラダ わかめスープ	米、ごま油、砂糖、ごま	鶏ひき肉	もやし、レタス、きゅうり、にんじん、たまねぎ、カットわかめ	酢、しょうゆ、中華だしの素、かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 170 kcal たんぱく質 3.3 g 脂質 3.5 g カルシウム 44 mg
14 (木)	軟飯 鶏ひき肉とさつまいもの煮物 もやしスープ	米、さつまいも、ホットケーキ粉、砂糖、油、片栗粉	鶏ひき肉、調製豆乳、きな粉	にんじん、もやし、たまねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、洋風だしの素、バセリ粉	蒸しパン(きなこ)	エネルギー 250 kcal たんぱく質 7.8 g 脂質 4.5 g カルシウム 48 mg	29 (金)	軟飯(鶏・野菜) ほうれん草とツナのあえ物 トマトスープ	米、じゃがいも	鶏ひき肉、ツナ油漬缶	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、ホールトマト缶詰、にんじん、セロリ	かつおだし汁、中華だしの素	乳児用菓子	エネルギー 185 kcal たんぱく質 8.5 g 脂質 5.7 g カルシウム 36 mg
15 (金)	軟飯(鶏・野菜) ほうれん草としめじのサラダ トマトスープ	米、じゃがいも	鶏ひき肉	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、もやし、キャベツ、ホールトマト缶詰	洋風だしの素、かつおだし汁	乳児用菓子	エネルギー 199 kcal たんぱく質 7.3 g 脂質 3.5 g カルシウム 45 mg	30 (土)	食パン(ブルーベリー) にゅうめん 小松菜のおかかマヨあえ バナナ	干しそうめん、食パン、マヨネーズ	鶏もも肉、かつお節	バナナ、こまつな、ねぎ、にんじん、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	乳児用菓子	エネルギー 218 kcal たんぱく質 8.2 g 脂質 2.2 g カルシウム 65 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3月献立表

ミルクィホーム天王台園(完了食)

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	調味料		
01 (金)	<ひな祭りメニュー> モモ缶 ちらし寿司 菜花のごまポン酢和え 豆腐のすまし汁(しめじ)	米、砂糖、すりごま、焼ふ	牛乳、木綿豆腐、さけ、油揚げ、でんぶ	もも缶(白桃)、はくさい、にんじん、なばな、えのきたけ、れんこん、しめじ、しいたけ、さやえんどう、糸みつば、コーン缶	かつおだし汁、すし酢、しょうゆ、食塩、ほん酢しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ひなあられ	エネルギー 382 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 9.8 g カルシウム 274 mg	16 (土)	食パン(マーマレード) 味噌ラーメン ほうれん草サラダ バナナ	干し中華めん、食パン、砂糖、ごま油、ごま、和風ドレッシング	牛乳、豚ひき肉、淡色みそ バナナ、ほうれんそう、もやし、キャベツ、ねぎ、にんじん、コーン缶、マーマレード、にんにく、しょうが	めんつゆ・3倍濃縮、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 乳児用菓子	エネルギー 427 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 13.6 g カルシウム 285 mg	
02 (土)	食パン(いちご) 肉うどん もやしのツナ和え バナナ	干しうどん、食パン、和風ドレッシング	牛乳、豚肉(ばら)、ツナ油漬缶	バナナ、もやし、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、いちごジャム	かつおだし汁、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 乳児用菓子	エネルギー 417 kcal たんぱく質 14.9 g 脂質 14.5 g カルシウム 269 mg	18 (月)	焼き鳥丼 かぼちゃのサラダ みそ汁(切干し・えのき)	米、ホットケーキ粉、押麦、油、小麦粉、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、コーン缶、いちごジャム、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(いちご)	エネルギー 478 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 14.5 g カルシウム 257 mg
04 (月)	わかめごはん 鶏のオーロラ焼き もやしと人参のごまサラダ みそ汁(小松菜・しめじ)	さつまいも(皮付)、米、押麦、砂糖、油、マヨネーズ、ごまドレッシング、ごま、黒ごま	牛乳、鶏もも肉、淡色みそ	もやし、こまつな、にんじん、しめじ	かつおだし汁、ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 大学芋	エネルギー 431 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 14.2 g カルシウム 275 mg	19 (火)	麦ごはん 揚げだし凍り豆腐 ブロッコリーとツナの和え物 みそ汁(小松菜・じゃが)	食パン、米、押麦、じゃがいも、油、片栗粉、和風ドレッシング、マヨネーズ	牛乳、凍り豆腐、ツナ油漬缶、しらす干し、淡色みそ	もやし、ブロッコリー、だいこん、こまつな、にんじん、あおのり	かつおだし汁、かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(じゃこ)	エネルギー 453 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 16.2 g カルシウム 254 mg
05 (火)	麦ごはん 豚肉のスタミナ炒め ブロッコリーの三色サラダ ほうれん草の中華スープ	米、食パン、押麦、ホットケーキ粉、ごま、フレンチドレッシング、グラニュー糖、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳	ブロッコリー、ほうれんそう、ねぎ、キャベツ、にら、にんじん、コーン缶、しょうが、にんにく	みりん、しょうゆ、塩こしょう、中華だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 メロンパン風トースト	エネルギー 387 kcal たんぱく質 15.5 g 脂質 11.8 g カルシウム 234 mg	20 (水)	<お別れ会メニュー> フルーツポンチ ハンバーガー フライドポテト ベジタブルスープ	バーガーパン、フライドポテト、パン粉	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、みかん缶、キャベツ、もも缶(白桃)、パイン缶、にんじん	中濃ソース、ケチャップ、塩こしょう、食塩、こしょう、洋風だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 乳児用菓子	エネルギー 463 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 17.5 g カルシウム 264 mg
06 (水)	麦ごはん さけのムニエル 卵の花(鶏ひき肉・ねぎ) 麩のみそ汁(ほうれん草)	米、ホットケーキ粉、押麦、小麦粉、油、砂糖、焼ふ	牛乳、さけ、おから、調製豆乳、生クリーム、鶏ひき肉、淡色みそ	ほうれんそう、バナナ、にんじん、ねぎ、いんげん、干しいたけ	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ワッフルサンド(バナナ)	エネルギー 419 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 13.9 g カルシウム 253 mg								
07 (木)	トマトツナパスタ ポテトサラダ カレー風味スープ いちご	じゃがいも、スパゲティ、米、マヨネーズ、ごま、オリーブ油	牛乳、ツナ油漬缶、ハム、しらす干し	たまねぎ、いちご、ホルトマト缶詰、にんじん、コーン缶、きゅうり	ケチャップ、洋風だしの素、塩こしょう、カレー粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり(じゃこごま)	エネルギー 448 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 15.5 g カルシウム 253 mg	22 (金)	<卒園式メニュー> 赤飯 さわらの西京焼き ほうれん草のお浸し	もち米、米、ホットケーキ粉、コーンフレーク、砂糖、焼ふ、油、黒ごま	牛乳、さわら、ヨーグルト(無糖)、生クリーム、あずき(乾)、豆乳、淡色みそ	ほうれんそう、えのきたけ、いちご、しいたけ、みつば	かつおだし汁、本みりん、酒、しょうゆ、かつお・昆布だし汁、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 いちごパフェ	エネルギー 437 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 15.4 g カルシウム 258 mg
08 (金)	麦ごはん チキン南蛮 ブロッコリーのサラダ みそ汁(切干し・わかめ)	米、ホットケーキ粉、押麦、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、和風ドレッシング、油、ごま	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、りんご、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、酢、しょうゆ、ケチャップ、塩こしょう、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(りんご)	エネルギー 432 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 14.1 g カルシウム 263 mg	23 (土)	食パン(いちご) ミートスパゲティ 野菜スープ バナナ	スパゲティ、食パン、油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、バナナ、にんじん、キャベツ、いちごジャム	ケチャップ、ウスターソース、塩こしょう、洋風だしの素、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 乳児用菓子	エネルギー 445 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 14.4 g カルシウム 273 mg
09 (土)	食パン(ブルーベリー) きつねうどん 小松菜とツナのお浸し バナナ	干しうどん、食パン、砂糖	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、油揚げ、かつお節	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、めんつゆ・3倍濃縮	牛乳(未満児のみ) 牛乳 乳児用菓子	エネルギー 436 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 14.5 g カルシウム 317 mg	25 (月)	麦ごはん 肉豆腐 キャベツとわかめのサラダ 麩のみそ汁(白菜)	米、ホットケーキ粉、押麦、砂糖、油、焼ふ、和風ドレッシング	牛乳、木綿豆腐、調製豆乳、豚肉(もも)、淡色みそ	キャベツ、たまねぎ、はくさい、にんじん、ねぎ、えのきたけ、干しぶどう、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(レーズン)	エネルギー 421 kcal たんぱく質 15.9 g 脂質 12.0 g カルシウム 295 mg
11 (月)	麦ごはん 和風ハンバーグ 昆布の煮物 すまし汁(じゃが芋・ニラ)	米、小麦粉、じゃがいも、押麦、片栗粉、油、パン粉、ごま油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、豚ひき肉、油揚げ、ウインナーソーセージ	にんじん、キャベツ、にら、たまねぎ、えのきたけ、さやえんどう、刻みこんぶ、ねぎ、ひじき、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、酒、本みりん、和風だしの素、食塩、塩こしょう、中濃ソース	牛乳(未満児のみ) 牛乳 たこ焼き	エネルギー 452 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 15.6 g カルシウム 290 mg	26 (火)	五目おこわ かじきの竜田揚げ 小松菜のサラダ すまし汁(じゃが・ほうれん草)	食パン、米、じゃがいも、もち米、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖、すりごま、和風ドレッシング	牛乳、かじき、鶏もも肉	もやし、かぼちゃ、こまつな、ほうれんそう、にんじん、しめじ、ごぼう、干しいたけ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(かぼちゃ)	エネルギー 468 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 15.5 g カルシウム 254 mg
12 (火)	おこわ(まいたけ・豚) 鶏肉の照り焼き 小松菜のごま和え(にんじん) みそ汁(白菜・さつまいも)	米、食パン、もち米、さつまいも(皮付)、砂糖、すりごま	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、生クリーム、豚肉(もも)、淡色みそ	もやし、にんじん、こまつな、はくさい、まいたけ、いちご、グリーンピース(冷凍)、こんぶ(だし用)、しょうが、干しいたけ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(いちごクリーム)	エネルギー 481 kcal たんぱく質 20.0 g 脂質 17.9 g カルシウム 263 mg	27 (水)	焼きそば 鶏肉の香味パン粉焼き みそ汁(だいこん・わかめ) いちご	焼きそばめん、米、パン粉、油、小麦粉、ごま、オリーブ油	牛乳、鶏もも肉、豚肉(もも)、淡色みそ	いちご、キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、カットわかめ、あおのり	かつおだし汁、中濃ソース、しょうゆ、和風だしの素、カレー粉、塩こしょう、食塩、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり	エネルギー 396 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 12.2 g カルシウム 246 mg
13 (水)	豚汁うどん ちくわのカレー揚げ ほうれん草とわかめの和え物 いちご	干しうどん、米、さといも、油、小麦粉、すりごま、ごま	牛乳、ちくわ、豚肉(ばら)、淡色みそ	いちご、ほうれんそう、にんじん、だいこん、ねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、みりん、カレー粉、ほん酢しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 わかめおにぎり	エネルギー 408 kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 13.8 g カルシウム 247 mg	28 (木)	ピビンバ チョレギサラダ わかめスープ	米、押麦、ごま油、ごま、砂糖、油	ヨーグルト(加糖)、豚ひき肉、鶏ひき肉、凍り豆腐、淡色みそ	もやし、たまねぎ、にんじん、レタス、ほうれんそう、きゅうり、カットわかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、中華だしの素、酒、塩こしょう	牛乳(未満児のみ) ヨーグルト 乳児用菓子	エネルギー 401 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 13.0 g カルシウム 285 mg
14 (木)	ふりかけごはん ポークチャップ コロコロサラダ もやしスープ	米、ホットケーキ粉、さつまいも、押麦、マヨネーズ、油、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、きな粉	たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えだまめ	ケチャップ、洋風だしの素、中濃ソース、食塩、塩こしょう、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(きなこ)	エネルギー 443 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 14.7 g カルシウム 255 mg	29 (金)	<誕生会メニュー> カレーライス ほうれん草とツナのあえ物 トマトスープ	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、押麦、油、砂糖、フレンチドレッシング	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、ツナ油漬缶、鶏ひき肉、生クリーム	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、みかん缶、ホルトマト缶詰、にんじん、セロリ、コーン缶	カレールウ、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 誕生日ケーキ	エネルギー 474 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 18.8 g カルシウム 241 mg
15 (金)	チキンカレーライス ほうれん草としめじのサラダ トマトスープ	米、じゃがいも、押麦、春巻きの皮、砂糖、油、フレンチドレッシング	牛乳、鶏もも肉、鶏ひき肉	りんご、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、もやし、しめじ、キャベツ、ホルトマト缶詰	カレールウ、塩こしょう、洋風だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 りんご春巻き	エネルギー 384 kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 12.2 g カルシウム 235 mg	30 (土)	食パン(ブルーベリー) にゅうめん 小松菜のおかかマヨあえ バナナ	干しそうめん、食パン、マヨネーズ	牛乳、鶏もも肉、かつお節	バナナ、こまつな、ねぎ、にんじん、コーン缶、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 乳児用菓子	エネルギー 385 kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 10.1 g カルシウム 297 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3月献立表

ミルクィホーム天王台園(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	調味料		
01 (金)	<ひな祭りメニュー> モモ缶 ちらし寿司 菜花のごまポン酢和え 豆腐のすまし汁(しめじ)	米、砂糖、すりごま、焼ふ	牛乳、木綿豆腐、さけ、油揚げ、でんぶ	もも缶(白桃)、はくさい、にんじん、なばな、えのきたけ、れんこん、しめじ、しいたけ、さやえんどう、糸みつば、コーン缶	かつおだし汁、すし酢、しょうゆ、食塩、ほん酢しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ひなあられ	エネルギー 382 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 9.8 g カルシウム 274 mg	16 (土)	食パン(マーマレード) 味噌ラーメン ほうれん草サラダ バナナ	干し中華めん、食パン、砂糖、ごま油、ごま、和風ドレッシング	牛乳、豚ひき肉、淡色みそ バナナ、ほうれんそう、もやし、キャベツ、ねぎ、にんじん、コーン缶、マーマレード、にんにく、しょうが	めんつゆ・3倍濃縮、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 427 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 13.6 g カルシウム 285 mg	
02 (土)	食パン(いちご) 肉うどん もやしのツナ和え バナナ	干しうどん、食パン、和風ドレッシング	牛乳、豚肉(ばら)、ツナ油漬缶	バナナ、もやし、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、いちごジャム	かつおだし汁、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 417 kcal たんぱく質 14.9 g 脂質 14.5 g カルシウム 269 mg	18 (月)	焼き鳥丼 かぼちゃのサラダ みそ汁(切干し・えのき)	米、ホットケーキ粉、押麦、油、小麦粉、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、コーン缶、いちごジャム、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(いちご)	エネルギー 478 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 14.5 g カルシウム 257 mg
04 (月)	わかめごはん 鶏のオーロラ焼き もやしと人参のごまサラダ みそ汁(小松菜・しめじ)	さつまいも(皮付)、米、押麦、砂糖、油、マヨネーズ、ごまドレッシング、ごま、黒ごま	牛乳、鶏もも肉、淡色みそ	もやし、こまつな、にんじん、しめじ	かつおだし汁、ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 大学芋	エネルギー 431 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 14.2 g カルシウム 275 mg	19 (火)	麦ごはん 揚げだし凍り豆腐 ブロッコリーとツナの和え物 みそ汁(小松菜・じゃが)	食パン、米、押麦、じゃがいも、油、片栗粉、和風ドレッシング、マヨネーズ	牛乳、凍り豆腐、ツナ油漬缶、しらす干し、淡色みそ	もやし、ブロッコリー、だいこん、こまつな、にんじん、あおのり	かつおだし汁、かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(じゃこ)	エネルギー 453 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 16.2 g カルシウム 254 mg
05 (火)	麦ごはん 豚肉のスタミナ炒め ブロッコリーの三色サラダ ほうれん草の中華スープ	米、食パン、押麦、ホットケーキ粉、ごま、フレンチドレッシング、グラニュー糖、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳	ブロッコリー、ほうれんそう、ねぎ、キャベツ、にら、にんじん、コーン缶、しょうが、にんにく	みりん、しょうゆ、塩こしょう、中華だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 メロンパン風トースト	エネルギー 387 kcal たんぱく質 15.5 g 脂質 11.8 g カルシウム 234 mg	20 (水)	<お別れ会メニュー> フルーツポンチ ハンバーガー フライドポテト ベジタブルスープ	バーガーパン、フライドポテト、パン粉	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、みかん缶、キャベツ、もも缶(白桃)、パイン缶、にんじん	中濃ソース、ケチャップ、塩こしょう、食塩、こしょう、洋風だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 463 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 17.5 g カルシウム 264 mg
06 (水)	麦ごはん さけのムニエル 卵の花(鶏ひき肉・ねぎ) 麩のみそ汁(ほうれん草)	米、ホットケーキ粉、押麦、小麦粉、油、砂糖、焼ふ	牛乳、さけ、おから、調製豆乳、生クリーム、鶏ひき肉、淡色みそ	ほうれんそう、バナナ、にんじん、ねぎ、いんげん、干しいたけ	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ワッフルサンド(バナナ)	エネルギー 419 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 13.9 g カルシウム 253 mg								
07 (木)	トマトツナパスタ ポテトサラダ カレー風味スープ いちご	じゃがいも、スパゲティ、米、マヨネーズ、ごま、オリーブ油	牛乳、ツナ油漬缶、ハム、しらす干し	たまねぎ、いちご、ホールトマト缶詰、にんじん、コーン缶、きゅうり	ケチャップ、洋風だしの素、塩こしょう、カレー粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり(じゃこごま)	エネルギー 448 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 15.5 g カルシウム 253 mg	22 (金)	<卒園式メニュー> 赤飯 さわらの西京焼き ほうれん草のお浸し	もち米、米、ホットケーキ粉、コーンフレーク、砂糖、焼ふ、油、黒ごま	牛乳、さわら、ヨーグルト(無糖)、生クリーム、あずき(乾)、豆乳、淡色みそ	ほうれんそう、えのきたけ、いちご、しいたけ、みつば	かつおだし汁、本みりん、酒、しょうゆ、かつお・昆布だし汁、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 いちごパフェ	エネルギー 437 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 15.4 g カルシウム 258 mg
08 (金)	麦ごはん チキン南蛮 ブロッコリーのサラダ みそ汁(切干し・わかめ)	米、ホットケーキ粉、押麦、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、和風ドレッシング、油、ごま	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、りんご、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、酢、しょうゆ、ケチャップ、塩こしょう、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(りんご)	エネルギー 432 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 14.1 g カルシウム 263 mg	23 (土)	食パン(いちご) ミートスパゲティ 野菜スープ バナナ	スパゲティ、食パン、油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、バナナ、にんじん、キャベツ、いちごジャム	ケチャップ、ウスターソース、塩こしょう、洋風だしの素、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 445 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 14.4 g カルシウム 273 mg
09 (土)	食パン(ブルーベリー) きつねうどん 小松菜とツナのお浸し バナナ	干しうどん、食パン、砂糖	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、油揚げ、かつお節	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、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 436 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 14.5 g カルシウム 317 mg	25 (月)	麦ごはん 肉豆腐 キャベツとわかめのサラダ 麩のみそ汁(白菜)	米、ホットケーキ粉、押麦、砂糖、油、焼ふ、和風ドレッシング	牛乳、木綿豆腐、調製豆乳、豚肉(もも)、淡色みそ	キャベツ、たまねぎ、はくさい、にんじん、ねぎ、えのきたけ、干しぶどう、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(レーズン)	エネルギー 421 kcal たんぱく質 15.9 g 脂質 12.0 g カルシウム 295 mg
11 (月)	麦ごはん 和風ハンバーグ 昆布の煮物 すまし汁(じゃが芋・ニラ)	米、小麦粉、じゃがいも、押麦、片栗粉、油、パン粉、ごま油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、豚ひき肉、油揚げ、ウインナーソーセージ	にんじん、キャベツ、にら、たまねぎ、えのきたけ、さやえんどう、刻みこんぶ、ねぎ、ひじき、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、酒、本みりん、和風だしの素、食塩、塩こしょう、中濃ソース	牛乳(未満児のみ) 牛乳 たこ焼き	エネルギー 452 kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 15.6 g カルシウム 290 mg	26 (火)	五目おこわ かじきの竜田揚げ 小松菜のサラダ すまし汁(じゃが・ほうれん草)	食パン、米、じゃがいも、もち米、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖、すりごま、和風ドレッシング	牛乳、かじき、鶏もも肉	もやし、かぼちゃ、こまつな、ほうれんそう、にんじん、しめじ、ごぼう、干しいたけ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(かぼちゃ)	エネルギー 468 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 15.5 g カルシウム 254 mg
12 (火)	おこわ(まいたけ・豚) 鶏肉の照り焼き 小松菜のごま和え(にんじん) みそ汁(白菜・さつまいも)	米、食パン、もち米、さつまいも(皮付)、砂糖、すりごま	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、生クリーム、豚肉(もも)、淡色みそ	もやし、にんじん、こまつな、はくさい、まいたけ、いちご、グリーンピース(冷凍)、こんぶ(だし用)、しょうが、干しいたけ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(いちごクリーム)	エネルギー 481 kcal たんぱく質 20.0 g 脂質 17.9 g カルシウム 263 mg	27 (水)	焼きそば 鶏肉の香味パン粉焼き みそ汁(だいこん・わかめ) いちご	焼きそばめん、米、パン粉、油、小麦粉、ごま、オリーブ油	牛乳、鶏もも肉、豚肉(もも)、淡色みそ	いちご、キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、カットわかめ、あおのり	かつおだし汁、中濃ソース、しょうゆ、和風だしの素、カレー粉、塩こしょう、食塩、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 焼きおにぎり	エネルギー 396 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 12.2 g カルシウム 246 mg
13 (水)	豚汁うどん ちくわのカレー揚げ ほうれん草とわかめの和え物 いちご	干しうどん、米、さといも、油、小麦粉、すりごま、ごま	牛乳、ちくわ、豚肉(ばら)、淡色みそ	いちご、ほうれんそう、にんじん、だいこん、ねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、みりん、カレー粉、ほん酢しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 わかめおにぎり	エネルギー 408 kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 13.8 g カルシウム 247 mg	28 (木)	ピビンバ チョレギサラダ わかめスープ	米、押麦、ごま油、ごま、砂糖、油	ヨーグルト(加糖)、豚ひき肉、鶏ひき肉、凍り豆腐、淡色みそ	もやし、たまねぎ、にんじん、レタス、ほうれんそう、きゅうり、カットわかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、中華だしの素、酒、塩こしょう	牛乳(未満児のみ) ヨーグルト ビスケット	エネルギー 401 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 13.0 g カルシウム 285 mg
14 (木)	ふりかけごはん ポークチャップ コロコロサラダ もやしスープ	米、ホットケーキ粉、さつまいも、押麦、マヨネーズ、油、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、きな粉	たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えだまめ	ケチャップ、洋風だしの素、中濃ソース、食塩、塩こしょう、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(きなこ)	エネルギー 443 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 14.7 g カルシウム 255 mg	29 (金)	<誕生会メニュー> カレーライス ほうれん草とツナのあえ物 トマトスープ	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、押麦、油、砂糖、フレンチドレッシング	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、ツナ油漬缶、鶏ひき肉、生クリーム	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、みかん缶、ホールトマト缶詰、にんじん、セロリ、コーン缶	カレールウ、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 誕生日ケーキ	エネルギー 474 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 18.8 g カルシウム 241 mg
15 (金)	チキンカレーライス ほうれん草としめじのサラダ トマトスープ	米、じゃがいも、押麦、春巻きの皮、砂糖、油、フレンチドレッシング	牛乳、鶏もも肉、鶏ひき肉	りんご、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、もやし、しめじ、キャベツ、ホールトマト缶詰	カレールウ、塩こしょう、洋風だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 りんご春巻き	エネルギー 384 kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 12.2 g カルシウム 235 mg	30 (土)	食パン(ブルーベリー) にゅうめん 小松菜のおかかマヨあえ バナナ	干しそうめん、食パン、マヨネーズ	牛乳、鶏もも肉、かつお節	バナナ、こまつな、ねぎ、にんじん、コーン缶、ブルーベリージャム	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 385 kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 10.1 g カルシウム 297 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3月献立表

ミルクホーム天王台園(以上児)

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	調味料		
01	<ひな祭りメニュー> モモ缶 (ちらし寿司 菜花のごまポン酢和え 豆腐のすまし汁(しめじ))	米、砂糖、すりごま、焼ふ	牛乳、木綿豆腐、さけ、油揚げ、でんぶ	もも缶(白桃)、はくさい、にんじん、なばな、えのきたけ、れんこん、しめじ、しいたけ、さやえんどう、糸みつば、 	かつおだし汁、すし酢、しょうゆ、食塩、ほん酢しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ひなあられ	エネルギー 588 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 15.2 g カルシウム 422 mg	16	食パン(マーマレード) 味噌ラーメン 土ほうれん草サラダ バナナ	干し中華めん、食パン、砂糖、ごま油、ごま、和風ドレッシング	牛乳、豚ひき肉、淡色みそ バナナ、ほうれんそう、もやし、キャベツ、ねぎ、にんじん、コーン缶、マーマレード、にんにく、しょうが	めんつゆ・3倍濃縮、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 658 kcal たんぱく質 25.0 g 脂質 21.0 g カルシウム 439 mg	
02	食パン(いちご) (肉うどん もやしのツナ和え バナナ)	干しうどん、食パン、和風ドレッシング	牛乳、豚肉(ばら)、ツナ油漬缶	バナナ、もやし、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、いちごジャム	かつおだし汁、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 642 kcal たんぱく質 22.9 g 脂質 22.2 g カルシウム 413 mg	18	焼き鳥井 (かぼちゃのサラダ みそ汁(切干し・えのき))	米、ホットケーキ粉、押麦、油、小麦粉、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、コーン缶、いちごジャム、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(いちご)	エネルギー 735 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 22.3 g カルシウム 395 mg
04	わかめごはん (鶏のオーロラ焼き もやしと人参のごまサラダ みそ汁(小松菜・しめじ))	さつまいも(皮付)、米、押麦、砂糖、油、マヨネーズ、ごまドレッシング、ごま、黒ごま	牛乳、鶏もも肉、淡色みそ	もやし、こまつな、にんじん、しめじ	かつおだし汁、ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 大学芋	エネルギー 662 kcal たんぱく質 28.0 g 脂質 21.8 g カルシウム 423 mg	19	麦ごはん (揚げだし凍り豆腐 ブロッコリーとツナの和え物 みそ汁(小松菜・じゃが))	食パン、米、押麦、じゃがいも、油、片栗粉、和風ドレッシング、マヨネーズ	牛乳、凍り豆腐、ツナ油漬缶、しらす干し、淡色みそ	もやし、ブロッコリー、だいこん、こまつな、にんじん、あおのり	かつおだし汁、かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(じゃこ)	エネルギー 696 kcal たんぱく質 26.0 g 脂質 25.0 g カルシウム 391 mg
05	麦ごはん (豚肉のスタミナ炒め ブロッコリーの三色サラダ ほうれん草の中華スープ)	米、食パン、押麦、ホットケーキ粉、ごま、フレンチドレッシング、グラニュー糖、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳	ブロッコリー、ほうれんそう、ねぎ、キャベツ、にら、にんじん、コーン缶、しょうが、にんにく	みりん、しょうゆ、塩こしょう、中華だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 メロンパン風トースト	エネルギー 595 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 18.1 g カルシウム 361 mg	20	<お別れ会メニュー> フルーツポンチ (ハンバーガー フライドポテト 水 ベジタブルスープ)	バーガーパン、フライドポテト、パン粉	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、みかん缶、キャベツ、もも缶(白桃)、パイン缶、にんじん	中濃ソース、ケチャップ、塩こしょう、食塩、こしょう、洋風だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 712 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 27.0 g カルシウム 407 mg
06	麦ごはん (さけのムニエル 水卵の花(鶏ひき肉・ねぎ) 麩のみそ汁(ほうれん草))	米、ホットケーキ粉、押麦、小麦粉、油、砂糖、焼ふ	牛乳、さけ、おから、調製豆乳、生クリーム、鶏ひき肉、淡色みそ	ほうれんそう、バナナ、にんじん、ねぎ、いんげん、干ししいたけ	かつおだし汁、酒、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ワッフルサンド(バナナ)	エネルギー 645 kcal たんぱく質 28.6 g 脂質 21.3 g カルシウム 389 mg	21							
07	トマトツナパスタ (ポテトサラダ 木カレー風味スープ いちご)	じゃがいも、スパゲティ、米、マヨネーズ、ごま、オリーブ油	牛乳、ツナ油漬缶、ハム、しらす干し	たまねぎ、いちご、ホールトマト缶詰、にんじん、コーン缶、きゅうり	ケチャップ、洋風だしの素、塩こしょう、カレー粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 おにぎり(じゃこごま)	エネルギー 689 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 23.8 g カルシウム 389 mg	22	<卒園式メニュー> 麩のみそ汁(みつば・椎野) (赤飯 金さわらの西京焼き ほうれん草のお浸し)	もち米、米、ホットケーキ粉、コーンフレーク、砂糖、焼ふ、油、黒ごま	牛乳、さわら、ヨーグルト(無糖)、生クリーム、あずき(乾)、豆乳、淡色みそ	ほうれんそう、えのきたけ、いちご、しいたけ、みつば	かつおだし汁、本みりん、酒、しょうゆ、かつお・昆布だし汁、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 いちごパフェ	エネルギー 672 kcal たんぱく質 27.8 g 脂質 23.7 g カルシウム 397 mg
08	麦ごはん (チキン南蛮 金ブロッコリーのサラダ みそ汁(切干し・わかめ))	米、ホットケーキ粉、押麦、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、和風ドレッシング、油、ごま	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、淡色みそ	ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、りんご、にんじん、切り干しだいこん、カットわかめ	かつおだし汁、酢、しょうゆ、ケチャップ、塩こしょう、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(りんご)	エネルギー 665 kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 21.7 g カルシウム 405 mg	23	食パン(いちご) (ミートスパゲティ 土野菜スープ バナナ)	スパゲティ、食パン、油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、バナナ、にんじん、キャベツ、いちごジャム	ケチャップ、ウスターソース、塩こしょう、洋風だしの素、しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 ビスケット	エネルギー 685 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 22.2 g カルシウム 420 mg
09	食パン(ブルーベリー) (きつねうどん 土小松菜とツナのお浸し バナナ)	干しうどん、食パン、砂糖	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、油揚げ、かつお節	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブルーベリージャム	かつおだし汁、しょうゆ、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 671 kcal たんぱく質 27.5 g 脂質 22.3 g カルシウム 487 mg	25	麦ごはん (肉豆腐 月キャベツとわかめのサラダ みそ汁(白菜))	米、ホットケーキ粉、押麦、砂糖、油、焼ふ、和風ドレッシング	牛乳、木綿豆腐、調製豆乳、豚肉(もも)、淡色みそ	キャベツ、たまねぎ、はくさい、にんじん、ねぎ、えのきたけ、干しぶどう、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(レーズン)	エネルギー 647 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 18.4 g カルシウム 454 mg
11	麦ごはん (和風ハンバーグ 月昆布の煮物 すまし汁(じゃが芋・ニラ))	米、小麦粉、じゃがいも、押麦、片栗粉、油、パン粉、ごま油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、豚ひき肉、油揚げ、ウインナーソーセージ	にんじん、キャベツ、にら、たまねぎ、えのきたけ、さやえんどう、刻みこんぶ、ねぎ、ひじき、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、酒、本みりん、和風だしの素、食塩、塩こしょう、中濃ソース	牛乳(未満児のみ) 牛乳 たこ焼き	エネルギー 695 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 24.1 g カルシウム 446 mg	26	五目おこわ (かじきの竜田揚げ 火小松菜のサラダ すまし汁(じゃが・ほうれん草))	食パン、米、じゃがいも、もち米、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖、すりごま、和風ドレッシング	牛乳、かじき、鶏もも肉	もやし、かぼちゃ、こまつな、ほうれんそう、にんじん、しめじ、ごぼう、干ししいたけ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(かぼちゃ)	エネルギー 721 kcal たんぱく質 29.6 g 脂質 23.8 g カルシウム 390 mg
12	おこわ(まいたけ・豚) (鶏肉の照り焼き 火小松菜のごま和え(にんじん) みそ汁(白菜・さつまいも))	米、食パン、もち米、さつまいも(皮付)、砂糖、すりごま	牛乳、鶏もも肉(皮付)、生クリーム、豚肉(もも)、淡色みそ	もやし、にんじん、こまつな、はくさい、まいたけ、いちご、グリーンピース(冷凍)、こんぶ(だし用)、しょうが、干ししいたけ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん	牛乳(未満児のみ) 牛乳 トースト(いちごクリーム)	エネルギー 739 kcal たんぱく質 30.8 g 脂質 27.5 g カルシウム 405 mg	27	焼きそば (鶏肉の香味パン粉焼き 水みそ汁(だいこん・わかめ) いちご)	焼きそばめん、米、パン粉、油、小麦粉、ごま、オリーブ油	牛乳、鶏もも肉、豚肉(もも)、淡色みそ	いちご、キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、カットわかめ、あおのり	かつおだし汁、中濃ソース、しょうゆ、和風だしの素、カレー粉、塩こしょう、食塩、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 焼きおにぎり	エネルギー 609 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 18.7 g カルシウム 378 mg
13	豚汁うどん (ちくわのカレー揚げ 水ほうれん草とわかめの和え物 いちご)	干しうどん、米、さといも、油、小麦粉、すりごま、ごま	牛乳、ちくわ、豚肉(ばら)、淡色みそ	いちご、ほうれんそう、にんじん、だいこん、ねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、みりん、カレー粉、ほん酢しょうゆ	牛乳(未満児のみ) 牛乳 わかめおにぎり	エネルギー 627 kcal たんぱく質 23.1 g 脂質 21.2 g カルシウム 380 mg	28	ピピンバ (チヨレギサラダ 木わかめスープ)	米、押麦、ごま油、ごま、砂糖、油	ヨーグルト(加糖)、豚ひき肉、鶏ひき肉、凍り豆腐、淡色みそ	もやし、たまねぎ、にんじん、レタス、ほうれんそう、きゅうり、カットわかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、中華だしの素、酒、塩こしょう	牛乳(未満児のみ) ヨーグルト ビスケット	エネルギー 617 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 20.0 g カルシウム 438 mg
14	ふりかけごはん (ポークチャップ 木コロコロサラダ もやしスープ)	米、ホットケーキ粉、さつまいも、押麦、マヨネーズ、油、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、きな粉	たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えだまめ	ケチャップ、洋風だしの素、中濃ソース、食塩、塩こしょう、パセリ粉	牛乳(未満児のみ) 牛乳 蒸しパン(きなこ)	エネルギー 682 kcal たんぱく質 26.8 g 脂質 22.6 g カルシウム 392 mg	29	<誕生会メニュー> 誕生日ケーキ (カレーライス 金ほうれん草とツナのあえ物 トマトスープ)	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、押麦、油、砂糖、フレンチドレッシング	牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、ツナ油漬缶、鶏ひき肉、生クリーム	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、みかん缶、ホールトマト缶詰、にんじん、セロリ、コーン缶	カレールー、中華だしの素、食塩	牛乳(未満児のみ) 牛乳 誕生日ケーキ	エネルギー 729 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 28.9 g カルシウム 371 mg
15	チキンカレーライス (ほうれん草としめじのサラダ 金トマトスープ)	米、じゃがいも、押麦、春巻きの皮、砂糖、油、フレンチドレッシング	牛乳、鶏もも肉、鶏ひき肉	りんご、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、もやし、しめじ、キャベツ、ホールトマト缶詰	カレールー、塩こしょう、洋風だしの素	牛乳(未満児のみ) 牛乳 りんご春巻き	エネルギー 591 kcal たんぱく質 22.6 g 脂質 18.7 g カルシウム 361 mg	30	食パン(ブルーベリー) (にゅうめん 土小松菜のおかかマヨあえ バナナ)	干しほうれん草、食パン、マヨネーズ	牛乳、鶏もも肉、かつお節	バナナ、こまつな、ねぎ、にんじん、コーン缶、ブルーベリージャム	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 593 kcal たんぱく質 23.1 g 脂質 15.6 g カルシウム 458 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。