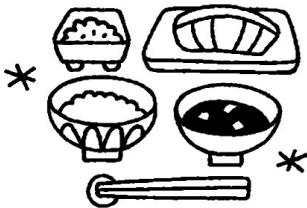


日	曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
		朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1	土	牛乳	鶏肉と厚揚げ炒め丼 味噌汁 もやしとツナの和え物 オレンジ 麦茶	パンケーキ クラッカー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 味噌 ツナ 牛乳	米 油 小切麩 砂糖 パンケーキ クラッカー	人参 玉ねぎ ピーマン 植物だし 小松菜 もやし オレンジ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
2	日	牛乳	ハヤシライス オニオンスープ 鶏ささみとトマトのサラダ バナナ 麦茶	ヨーグルト 牛乳	米 油	牛乳 ヨーグルト 豚肉 鶏ささ身 ベーコン 無塩バター	バナナ たまねぎ キャベツ にんじん トマト	ハヤシルウ ドレッシング チキンスープの素 おろしにんにく 塩
3	月祝	牛乳	焼うどん さつまいもとチーズのサラダ ジョアプレーン 麦茶	ゼリー せんべい 牛乳	ゆでうどん さつまいも マヨドレ 油	牛乳 ジョアプレーン 豚肉 鶏ささ身 チーズ かつお節	たまねぎ にんじん	しょうゆ みりん 食塩
4	火	牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と高野豆腐の煮物 なめたけ和え りんご 麦茶	焼き芋 牛乳	味噌 豚肉 高野豆腐 牛乳	米 油 さつま芋	植物だし 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ 人参 ごぼう グリンピース 大根 なめ茸 りんご	水 万能つゆ 塩 みりん こいくちしょうゆ 麦茶
5	水	牛乳	【以上児セルフハンバーガー】 丸パン コーンスープ チキンナゲット 人参ドレッシングサラダ オレンジ 麦茶	おかかおにぎり 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 かつお節 牛乳	丸パン パン粉 薄力粉 油 米	人参 玉ねぎ もやし パプリカ チンゲン菜 オレンジ	シチューフレーク 水 塩 トマトケチャップ 人参ドレッシング 麦茶 こいくちしょうゆ
6	木	牛乳	ご飯 ビーフンスープ 鶏肉の中華風味噌焼き キャベツとツナのマヨサラダ オレンジ 麦茶	りんごゼリー 牛乳	鶏肉 味噌 ツナ 牛乳	米 ごま油 ビーフン 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	小松菜 しょうが にんにく キャベツ 人参 きゅうり オレンジ りんごジュース アガー	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
7	金	牛乳	ご飯 味噌汁 かれのいのきのこあんかけ ごま和え チーズ 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	味噌 油揚げ かれい チーズ 牛乳 きな粉	米 さつま芋 砂糖 片栗粉 ごま マカロニ	植物だし 長ねぎ 玉ねぎ しめじ まいたけ 白菜 人参 ほうれん草	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
8	土	牛乳	豚丼 味噌汁 きゅうりの塩昆布和え バナナ 麦茶	カップゼリー せんべい 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 オレンジゼリー せんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物だし チンゲン菜 きゅうり もやし 塩昆布 バナナ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
9	日	牛乳	ケチャップチキンライス 野菜スープ ジャーマンポテト ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 牛乳	七分つき米 じゃがいも 油	牛乳 ヨーグルト 鶏肉 ベーコン 無塩バター	たまねぎ チンゲンサイ コーン にんじん ピーマン	ケチャップ コンソメ 食塩 チキンスープの素
10	月	牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 おかか和え オレンジ 麦茶	【ばら組リクエストおやつ】 かぼちゃ春巻き 牛乳	味噌 鶏肉 かつお節 牛乳	米 油 砂糖 春巻きの皮 小麦粉	植物だし 干しいたけ 南瓜 人参 大根 グリンピース 白菜 オレンジ さつま芋	水 万能つゆ こいくちしょうゆ みりん 麦茶
11	火	牛乳	ご飯 レバー入りドライカレー わかめサラダ りんご 麦茶	フルーツヨーグルト 牛乳	豚肉 豚レバー ヨーグルト 牛乳	米 油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン わかめ りんご パイン缶 黄桃缶 バナナ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレールウ 穀物酢 麦茶
12	水	牛乳	ご飯 味噌汁 鮭の香味焼き 大根の和風マヨ和え バナナ 麦茶	ひじきココアパウンドケーキ 牛乳	味噌 木綿豆腐 鮭 牛乳	米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 ホットケーキミックス	植物だし チンゲン菜 しょうが 大根 人参 ブロッコリー バナナ ひじき	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 ココア
13	木	牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮 チーズ 麦茶	ピラフ 牛乳	豚肉 焼き竹輪 かつおだしパック チーズ 鶏肉 牛乳	うどん 油 さつま芋 砂糖 米 無塩バター	人参 白菜 長ねぎ ほうれん草 レーズン 玉ねぎ ピーマン	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶 チキンスープの素
14	金	牛乳	ちらし寿司 すまし汁 味噌ドレッシングサラダ ジョア 麦茶	千歳飴風スティックパイ 牛乳	油揚げ 鮭 かつおだしパック 鶏肉 味噌 ジョア 牛乳	米 砂糖 ごま油 ごま パイシート 無塩バター いちごジャム	人参 干しいたけ コーン 焼きのり 大根 長ねぎ キャベツ チンゲン菜	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
15	土	牛乳	鶏肉と厚揚げ炒め丼 味噌汁 もやしとツナの和え物 オレンジ 麦茶	パンケーキ クラッカー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 味噌 ツナ 牛乳	米 油 小切麩 砂糖 パンケーキ クラッカー	人参 玉ねぎ ピーマン 植物だし 小松菜 もやし オレンジ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶



- 食材の仕入れ状況によりメニューが変更となる場合があります。その際は園内掲示板でお知らせ致します。
- 栄養価は目安となります。
- 献立表に記載されている食材で、まだ食べたことがないものは事前にご家庭でお試ください。



16	日	牛乳	ハヤシライス オニオンスープ 鶏ささみとトマトのサラダ バナナ 麦茶	ヨーグルト 牛乳	米 油	牛乳 ヨーグルト 豚肉 鶏ささ身 ベーコン 無塩バ ター	バナナ たまねぎ キャベツ にんじん トマト	ハヤシルウ ドレッシング チキンスープの素 おろしにんにく 塩
17	月	牛乳	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ チーズ 麦茶	スパゲティナポリタン 牛乳	味噌 豚肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 片栗粉 ごま油 スパゲティ	植物だし 白菜 わかめ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 切干大根 コーン	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 穀物酢 麦茶 トマトケチャップ チキンスープの素 塩
18	火	牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と高野豆腐の煮物 なめたけ和え りんご 麦茶	焼き芋 牛乳	味噌 豚肉 高野豆腐 牛乳	米 油 さつま芋	植物だし 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ 人参 ごぼう グリンピース 大根 なめ茸 りんご	水 万能つゆ 塩 みりん こいくちしょうゆ 麦茶
19	水	牛乳	【以上児セルフハンバーガー】 丸パン コーンスープ チキンナゲット 人参ドレッシングサラダ オレンジ 麦茶	おかかおにぎり 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 かつお節 牛乳	丸パン パン粉 薄力粉 油 米	人参 玉ねぎ もやし パプリカ チンゲン菜 オレンジ	シチューフレーク 水 塩 トマトケチャップ 人参ドレッシング 麦茶 こいくちしょうゆ
20	木	牛乳	ご飯 ビーフンスープ 鶏肉の中華風味噌焼き キャベツとツナのマヨサラダ バナナ 麦茶	フルーツパンサンド 牛乳	鶏肉 味噌 ツナ クリーム 牛乳	米 ごま油 ビーフン 砂糖 ノンエッグマヨネーズ フルーツパン	小松菜 しょうが にんにく キャベツ 人参 きゅうり バナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
21	金	牛乳	ご飯 味噌汁 たらのごま風味焼き 里芋と厚揚げの煮物 柿 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	味噌 たら 厚揚げ 牛乳 きな粉	米 小切麩 砂糖 ごま 里芋 片栗粉 マカロニ	植物だし かぶ ほうれん草 人参 グリンピース かき	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 万能つゆ 麦茶
22	土	牛乳	豚丼 味噌汁 きゅうりの塩昆布和え バナナ 麦茶	カップゼリー せんべい 牛乳	豚肉 味噌 高野豆腐 牛乳	米 オレンジゼリー せんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物だし チンゲン菜 きゅうり もやし 塩昆布 バナナ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
23	日	牛乳	ケチャップチキンライス 野菜スープ ジャーマンポテト ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 牛乳	七分つき米 じゃがいも 油	牛乳 ヨーグルト 鶏肉 ベーコン 無塩バター	たまねぎ チンゲンサイ コーン にんじん ピーマン	ケチャップ コンソメ 食塩 チキンスープの素
24	月 祝	牛乳	焼うどん さつまいもとチーズのサラダ ヨーグルト 麦茶	ゼリー せんべい 牛乳	ゆでうどん さつまいも マヨドレ 油	牛乳 ヨーグルト 豚肉 鶏ささ身 チーズ かつお節	たまねぎ にんじん	しょうゆ みりん 食塩
25	火	牛乳	ご飯 レバー入りドライカレー わかめサラダ りんご 麦茶	フルーツヨーグルト 牛乳	豚肉 豚レバー ヨーグルト 牛乳	米 油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン わかめ りんご パイン缶 黄桃缶 バナナ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレールウ 穀物酢 麦茶
26	水	牛乳	具だくさんうどん さつま芋の甘煮 チーズ 麦茶	ピラフ 牛乳	豚肉 焼き竹輪 かつおだしパック チーズ 鶏肉 牛乳	うどん 油 さつま芋 砂糖 米 無塩バター	人参 白菜 長ねぎ ほうれん草 レーズン 玉ねぎ ピーマン	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶 チキンスープの素
27	木	牛乳	【ゆり組・ばら組 食育「おにぎり作り」】 ご飯 味噌汁 鮭の香味焼き 大根の和風マヨ和え バナナ 麦茶	ひじきココアパウンドケーキ 牛乳	味噌 木綿豆腐 鮭 牛乳	米 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 ホットケーキミックス	植物だし チンゲン菜 しょうが 大根 人参 ブロッコリー バナナ ひじき	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶 ココア
28	金	牛乳	【以上児バイキング】 ご飯 野菜スープ ビビンバ ベイクドポテト ジョア 麦茶	アップルパイ 牛乳	米 じゃがいも 油 ごま 砂糖 ごま油	ジョアブレーン 豚ひき肉 鶏ひき肉	ほうれんそう コーン たまねぎ にんじん なめこ カットわかめ にんにく しょうが あおのり	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん チキンスープの素 食塩
29	土	牛乳	中華あんかけ丼 中華スープ じゃが芋のソテー オレンジ 麦茶	チーズ ミニアスパラガス 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃが芋 ビスケット	人参 玉ねぎ チンゲン菜 干しいたけ もやし ピーマン コーン オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 チキンスープの素 麦茶
30	日	牛乳	チキンカレーライス 野菜スープ ブロッコリーのツナマヨ和え バナナ 麦茶	ゼリー せんべい 牛乳	米、じゃがいも マヨドレ 油	牛乳 鶏もも肉 ツナ水煮缶	たまねぎ にんじん バナナ ブロッコリー	チキンスープの素 おろしにんにく 食塩



☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼 児	目標量	589	22.1	19	270	1.6
	平均量	560	21	18.6	268	1.6
乳 児	目標量	494	18.5	15.9	225	1.3
	平均量	484	17.9	16.2	275	1.3

