

		1(水)		2(木)		3(金)		4(土)							
午前	 <p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">献立表</p> 	豆乳飲料		甘辛せんべい、牛乳		野菜ジュース		ゼリー、お茶							
昼食		ご飯 かきたま汁（卵、ねぎ、人参） あじのおろし煮 青菜の納豆和え バナナヨーグルト		パン カレースープ（玉ねぎ、しめじ、ベーコン） ツナ入り野菜オムレツ ベイクドじゃが いちご		▶誕生日会▶ 3種の海苔巻き みそ汁（ふのり、豆腐、三つ葉） 鶏の唐揚げ さつま芋のレモン煮 ブロッコリーのコンソメ煮 チーズ、お花みかん		しらすの和風スパゲティ スープ（キャベツ、油揚げ、椎茸） かぼちゃとさつま芋のサラダ りんご							
午後		牛乳、焼きビーフン		牛乳、鮭のひじきおにぎり		牛乳、鬼パン		牛乳、夕焼けおやき							
		5(日)		6(月)		7(火)		8(水)		9(木)		10(金)		11(土)	
午前	せんべい、お茶	ウエハース、牛乳		ヨーグルト、お茶		ビスケット、牛乳		豆乳飲料		甘辛せんべい、牛乳		コーンフレーク、牛乳			
昼食	マーボー豆腐丼 スープ ほうれん草のナムル 果物	菜飯おにぎり みそ汁（里芋、油揚げ、小葱） すき焼風 かぼちゃのごままぶし フルーツヨーグルト		ご飯 すまし汁（なめこ、かぶ、キャベツ） 鶏肉の味噌チーズ焼き 昆布とちくわの炒め煮 バナナ		ご飯 みそ汁（人参、小松菜、豆腐） レバーのごまソース かぼちゃサラダ オレンジ		味噌ラーメン 大根の梅おかかかえ バナナ		ご飯 豚汁（大根、人参、白滝、豚肉） かに玉風 納豆和え（小松菜、コーン） いちご		ご飯 みそ汁（豆腐、わかめ） カレイのピザ風焼き ポテトサラダ みかん			
午後	お茶、ゼリー	豆乳飲料、甘辛せんべい、パウムクーヘン（以上児のみ）		牛乳、手作りクッキー		牛乳、さつま芋ケーキ		牛乳、凍り豆腐のフレンチトースト		ジョア、フルーツゼリー		牛乳、そぼろそうめん			
		12(日)		13(月)		14(火)		15(水)		16(木)		17(金)		18(土)	
午前	せんべい、お茶	ヨーグルト、お茶		豆乳飲料		ウエハース、牛乳		ヨーグルト、お茶		コーンフレーク、牛乳		ビスケット、牛乳			
昼食	ご飯 スープ タラのカレームニエル コロコロサラダ 果物	ご飯 さつま汁（高野豆腐、さつま芋、ねぎ） 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草とえのきのお浸し フルーツカクテル		ビーフカレー（コーンライス） スープ（白菜、しめじ、ハム） ブロッコリーのツナサラダ、 りんごヨーグルト		ご飯 かきたまスープ（卵、春雨、わかめ） ホイコーロー もやしと雪菜のナムル バナナ		ご飯 豆乳スープ（かぼちゃ、ベーコン、白菜） 鮭のパン粉焼き ブロッコリーのコンソメ煮 いちごフルーチェ		ご飯 みそ汁（なめこ、大根、油揚げ） 油麩入り煮物 切り干し大根サラダ バナナ		中華丼 みそ汁（豆腐、しめじ） 雪菜としらすのナムル オレンジ			
午後	豆乳飲料、ウエハース	牛乳、ピザトースト		ジョア、バナナのココアケーキ		牛乳、チーズ入り芋もち		豆乳飲料、五平餅		牛乳、パウムクーヘン、甘辛せんべい（以上児）		牛乳、いちご蒸しパン			
		19(日)		20(月)		21(火)		22(水)		23(木)		24(金)		25(土)	
午前	せんべい、お茶	野菜ジュース		ビスケット、牛乳		ヨーグルト、お茶		せんべい、牛乳		ウエハース、牛乳		野菜ジュース			
昼食	ご飯 すまし汁 鶏肉の味噌マヨ焼き ほうれん草の煮浸し 果物	▶おすすめ▶ サンドパン スープ フルーツボンチ		ご飯 スープ（かぶ、人参、コーン） スペイン風オムレツ マカロニサラダ グレープフルーツ		焼肉丼 みそ汁（大根、豆腐、しめじ） 小松菜とツナのごま酢和え いちご		あんかけそうめん ツナポテト 果物		ご飯 みそ汁（里芋、人参、青梗菜） あじのコーンフライ ひじきサラダ いちご		ネバネバ丼 みそ汁（小松菜、油揚げ、玉ねぎ） さつま芋の甘煮 みかん			
午後	豆乳飲料、ゼリー	牛乳、イチゴのスティックケーキ		牛乳、★豆腐揚げボール		牛乳、稲荷おにぎり		牛乳、ココアホットケーキ		きつねそうめん、牛乳		牛乳、マシュマロスナック			
		26(日)		27(月)		28(火)		≪今月の平均栄養量≫ 3歳児以上児 エネルギー 526kcal たんぱく質 22.0g 脂質 15.3g 塩分 1.6g 3歳児未満児 エネルギー 473kcal たんぱく質 19.6g 脂質 14.3g 塩分 1.4g							
午前	せんべい、お茶	クラッカーサンド、牛乳		甘辛せんべい、お茶											
昼食	ご飯 みそ汁 あじの塩焼き いんげんのごま和え 果物	ご飯 カレースープ（豚肉、ねぎ、雪菜） カジキのタルタル風焼き ツナポテサラダ バナナ		ご飯 かぼちゃスープ おろしハンバーグ コールスローサラダ オレンジ											
午後	豆乳飲料、パウムクーヘン	牛乳、チャーハン		牛乳、焼きそば											

食材の仕入れ状況などにより、献立に一部変更が出る場合があります。

