日	献立名		材料名						+> b->	栄養価	
曜			熱や力になるもの	血	血や肉や骨になるもの		体の調子を整えるもの		おやつ	(幼児の栄養価)	
	ご飯 鶏肉のみそ焼き		七分づき米 さといも	*	牛乳 鶏肉		こんにく	ごぼう	ブロッコリーのクリームパスタ 牛乳		564 kcal
	病肉のみて焼き 小松菜とひじきのマヨ和え	*	三温糖 ごま油 スパゲティ マヨネーズ		続肉 ベーコン		しょうが こまつな	ねぎ ブロッコリー	十孔 0、1歳:スープ	たんぱく質 脂質	24.5 g 15 g
	のっぺい汁	*	小麦粉 油		ひじき		こまつな		. i = ::::::== = == = = = = = = = = = = =	食塩相当量	2.4 g
	(鶏肉ごぼう里芋ねぎ人参)	*		A	보 때		こんじん だいこん		成元 年 1、25、	-4"4"	5041
	ご飯 鮭のおろし煮		七分づき米 三温糖 じゃがいも	*	牛乳 鮭		たいこん もやし		J. 7 —	ェネルキ゛ー たんぱく質	504 kcal 21.4 g
	いそ和え		はちみつ	*	卵		ょ、o まうれん草		0、1歳:スープ	脂質	11.3 g
	味噌汁(白菜じゃがいも)	*	小麦粉		幼:のり		えのき		(ほうれん草もやしえのき)	食塩相当量	1.4 g
火			油		乳:青のり	ľ	よくさい				
2	ご飯		七分づき米 油				しいたけ	もやし		エネルキ゛ー	561 kcal
1.0	豆腐ステーキの肉みそ		三温糖ごま油	*	豚肉		ねぎ こくじく	キャベツ		たんぱく質	16.5 g
	甘酢炒め すまし汁(大根わかめ油あげ)		こま油 さつまいも	*	油揚げ 牛乳		こんじん れんこん		U、「蔵:味噌汁 (キャベツしいたけコーン)	脂質 食塩相当量	18.6 g 1.8 g
	やこめご飯		七分づき米				かぼちゃ	720 270	③♥クマさん巻き	エネルキー3	564 kcal
	めざし(乳児:カジキの塩焼き)		三温糖		O	-	こんじん			エネルギー①	618 kcal
	かぼちゃのそぼろ炒め 味噌汁(キャベツ切干大根えのき)		⑪バター ⑪小麦粉		③幼:めざし ③乳:かじき		ハんげん キャベツ		⑪ハムチーズおにぎり 牛乳	たんぱく質③ たんぱく⑪	20.4 g 26.6 g
	しらすおかかご飯	^	(I)·1·2/II		①かれい		えのき			脂質③	13.9 g
	カレイのムニエル				豚肉	t	切干大根		(かぼちゃ玉ねぎいんげん)		14.4 g
	かぼちゃのそぼろ炒め 味噌汁(キャベツ切干大根えのき)				かつお節 ③幼:のり					食塩相当量	2.1 g
	ご飯		 七分づき米 ごま油	*	4乳	1	 たまねぎ	ほうれん草	照り焼きチキントースト	エネルキ゛ー	598 kcal
	変わりしゅうまい	*	しゅうまいの皮 三温糖		豚肉	ι	しょうが	コーン缶	完了:トースト	たんぱく質	24 g
10	もやしナムル		片栗粉		豆腐				牛乳 一	脂質	20.2 g
金	栗米湯(スーミータン)	*	食パン マヨネーズ	*	卵 鶏肉		もやし こんじん		0、1歳:スープ (ほうれん草玉ねぎコーン)	食塩相当量	2 g
	あんかけ焼きそば	*	中華麺 じゃがいも	*			たまねぎ	キャベツ	小倉ミルクようかん	エネルキ゛ー	556 kcal
	五目ス一プ		片栗粉		豚肉		こんじん	しめじ		たんぱく質	24.5 g
19 土			油 三温糖		ウインナー あずき		チンゲン菜 もやし		0、1歳:すまし汁 (じゃが芋もやし)	脂質 食塩相当量	15.1 g 2.3 g
	ポークカレーライス		<u> 一畑帰</u> 七分づき米 油	*	牛乳		たまねぎ	にんにく		エネルキー	622 kcal
	完了:つくね		小麦粉 三温糖		豚肉		こんじん	まいたけ	完了:トースト	たんぱく質	19.4 g
21	白いんげん豆の甘煮 カミカミサラダ		バター りんごジャム 食パン		白いんげん豆		きゅうり 刃干大根	コーン缶		脂質 食塩相当量	16.3 g 1.9 g
	すまし汁(白菜コーン舞茸)	^	はちみつ				カース化 白菜		(じゃが芋玉ねぎきゅうり)	及極阳コ里	1.5 g
	ご飯		七分づき米 ながいも		牛乳 さば		しょうが	ねぎ		エネルキー	522 kcal
	カジキのカレー竜田揚げ 完了:カジキの竜田揚げ		片栗粉 上新粉 油		かじき		こんにく キャベツ		牛乳 0、1歳:味噌汁	たんぱく質 脂質	17.4 kcal 11.7 g
22	りんごサラダ		三温糖				すんべっ りんご			^{加貝} 食塩相当量	1.1 g
	味噌汁(さつま芋ねぎ)		さつまいも				きゅうり				
9	ご飯 ふくさ卵		七分づき米 三温糖		牛乳ハム卵		しいたけ こんじん	かぶ 春菊		ェネルキー たんぱく質	582 kcal 20.1 g
	五目和え		油	~	豆腐					たんはく貝 脂質	20.1 g 15.1 g
	味噌汁(かぶ春菊)		ごま油		豚肉	4	もやし	ねぎ	(ほうれん草もやししいたけ)	1 1	1.7 g
<u>水</u>	ふりかけご飯(さば)		もち米 七分づき米	•	油揚げ 牛乳 青の		まうれん草 _{ンよ} うが	 水菜	ポパイケーキ	エネルキ゛ー	583 kcal
10	ぶりの甘辛煮		三温糖	~	十乳 目の		こょうか ごぼう	小来 ほうれん草		ェベルャー たんぱく質	25.3 g
	高野豆腐の煮物		じゃがいも		ぶり	1	こんじん		0、1歳:スープ	脂質	18.8 g
24 木	味噌汁(じゃが芋水菜しめじ)		小麦粉 バター	*	凍り豆腐 卵		だいこん しめじ		(大根ごぼうしめじ)	食塩相当量	1.4 g
小		×	七分づき米		牛乳		<u> こんじん</u> こんじん	コーン缶	旨煮ラーメン	エネルキ゛ー	564 kcal
	鶏肉の香味焼き		三温糖		鶏肉	1	たまねぎ	はくさい		たんぱく質	26.9 g
	かぶのベーコン炒め みそミルクスープ	.	油 中華麺		ベーコン		こんにく もやし	ねぎ		脂質 食塩相当量	14.1 g
20	みてミルクスーフ (豆腐小松菜コーン)	×	十				もやし かぶ			及塩饴ヨ重	2.4 g
	·—·····					=	キャベツ				
金	殖内 レキのこの・パラク	4	→ .º᠘° = . `┴	4	4. 如 站上		<u>小松菜</u>	1-21-5-	++	- - - 1 - - *	E43
12	鶏肉ときのこのパスタ ミネストローネ		スパゲティ 油 バター じゃがいも	*	牛乳 鶏肉 幼:のり ウィンナ	-	たまねぎ キャベツ	トマト缶 にんじん		ェネルキ゛ー たんぱく質	517 kcal 20.5 g
26	T		小麦粉		乳:青のり		しめじ		0、1歳:スープ	脂質	15.6 g
土			三温糖	\bigstar	卯	1	こんにく		(じゃが芋玉ねぎ)	食塩相当量	1.8 g

[★]印はアレルギー除去対象食品です。
・幼児はお昼に麦茶、乳児は午前おやつに牛乳が付きます。
・お昼は旬の果物が付きます。

^{・0、1、2}歳はおやつに果物がつきます。 ※都合により献立を変更することがあります。ご了承下さい。