おいか   10   10   10   10   10   10   10   1	日	<b>→</b> N → L →	材料名							45.14	栄養価		
ボーケーケーツ  1	曜	献立名		熱や力になるもの					体の調子を整えるもの		おやつ		
切す大機の和え物   三は油   三の	13	ご飯				*							
「													_
1 (三魔素いた  十キペツ)   油							立隊				U、		_
14   二 数				_						舛县		及塩和コ里	1.0 g
古子・古の南蛮濱村					マヨネーズ	*	牛乳			かぶ	豚肉の生姜煮おにぎり	エネルキ゛ー	578 kcal
大学・トサラダ   大学   大学   大学   大学   大学   大学   大学   大		すずきの南蛮漬け											21.8 g
(人) (かぶなす) しゃがしき ** 中乳 ** 中乳 ** トラック ** 中乳 ** トラック ** トラッグ ** トラック ** トラッグ ** トラック		ポテトサラダ					豚肉		ピーマン	生姜	0、1歳:味噌汁	脂質	16.3 g
ご飯   たが   たが   たが   たが   たが   たが   たが   た												食塩相当量	1.4 g
15	火	(かぶなす)			_ 10 Met		4 =				- 11		
カースタット   カースト   カー	15	に取 毎担 <i>は</i>			二温糖	*							
28   味噌汁	10												_
(本)	29		<b>+</b>				-						_
							7H 1931 7					及遍出马里	8
次サーニとベーコンのソテー   18.5 m				七分付き米	はちみつ	*	牛乳				クリームチース・トースト	エネルキ゛ー	514 kcal
30 わかめスープ (										にんにく	完了:トースト		23.5 g
本 (人)かめ玉和ぎしいた(ナ) ★ 食べり とかいき かいめ もやし とうが もやし とかけき来 オリーブ油   温離													18.5 g
3 子ぼろご飯   日かけき来 オリーブ油   本   日かけき来   日かけま   日かりま   日本はま   日本は										レモン	0、1歳:スープ	食塩相当量	2 g
解検き(卵)			*		1 . 1 1° > 1					1 161	- 1.101*		
古・マペツとアスパラ素   油					オリーノ油	*							
17 味噌汁						•							_
金(左つまいも水菜) ★ スパゲティ オリーブ油 ★ ペーコン たまねぎ かいぼちやかーキ(卵) たんぱ(質 19.8 g 19.8 g 18.0 c) 歳:スープ ★ 次子 三温糖						_							_
4 クリームバスタ にやが芋とツナの煮物				_		*						及弧旧コ主	1.0 g
じゃが芋とツナの煮物					オリーブ油						かぽちゃケーキ(卵)	エネルキ゛ー	548 kcal
土   大分付き米 三温糖		じゃが芋とツナの煮物		米粉	じゃが芋		ベーコン		たまねぎ		牛乳	たんぱく質	19.8 g
6		0、1歳:ス―プ		-	三温糖				かぼちゃ		0、1歳:スープ		21 g
完了: 鶏つくね煮		10 61 4-	*								1-1 % DI -1		
20											**		
20 すまし汁 月 (豆腐大根こねぎ) ★ / 小麦粉					しやか子								_
月 (豆腐大根こねぎ) ★ 小麦粉							立例						
7 ひじきごはん さばの甘辛煮											O TANK . T	及弧旧コ主	2.1 8
さばの甘辛煮   三温糖   油揚げ ハム   人参 しめじ   十乳.   たんぱく質 25.5 g   20.4 g					油	*	牛乳			チンゲン菜	ハムチーズ蒸しパン	エネルキ゛ー	570 kcal
21 トマトと卵の中華スープ 火 (レタストマト卵) ★ 小麦粉 ★ 卵				三温糖					人参	しめじ	牛乳	たんぱく質	25.5 g
火         (レタストマト卵)         ★         小表粉         ★         卵         しようが           8         ご飯 事内の香味焼き 甘酢炒め 味噌汁 水 (長芋水菜)         せ分付き米 油 おじの浦焼き 大豆と昆布の煮物         ★         大田 大豆と昆布の煮物         大田 大豆と昆布の煮物         ★         大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大							さば				0、1歳:すまし汁		20.4 g
8										レタス		食塩相当量	2.5 g
鶏肉の香味焼き   三温糖   油			*								ルかせいけっこのわにおけ	-4" +"	
甘酢炒め   油 ながいも   上らす						*			_				
22 味噌汁 水 (長芋水菜)  9 ご飯 あじの蒲焼き 大豆と昆布の煮物 ★ パシ粉 油 マカロニ 対象の混物													_
水 (長芋水菜)	22						0.09			C & J &			
9				3.2 7 0									
大豆と昆布の煮物   ★ パン粉   油   対:刻み足布   類肉   たまねぎ   大豆と   大豆と   一で   大豆と   一で   大豆と   一で   大豆と   大っと   大豆と   大豆と   大豆と   大豆と   大っと   大っ	9	ご飯							大根	もやし		エネルキ゛ー	571 kcal
23   味噌汁													_
木 (もやしかぶ)					油						0、1歳:スープ		_
10 <b>ご飯</b>												食塩相当量 	1.7 g
オーヤチャンプル					<b>∠</b> `=					10 / = t	<b>か</b> のキトナン ユロ	T \$ 11 ± * @	
人参しりしり風	10				グフニュー糖	*			*	_		_	
24 <b>味噌汁</b> 金 (じゃがいも小松菜) ★ 乳:トースト ★ 卵											•		
金     (じゃがいも小松菜)     ★     幼:クラッカー     ★     小松菜     0、1歳:味噌汁     食塩相当量     1.3 g       11     五目あんかけうどん かぼちゃの甘煮     ★     うどん オートミール ごま油     ★     牛乳     ほうれん草 ねぎ 大根     オートミールクッキー トたんぱく質     エネルギー たんぱく質     18.2 g       25     ★     バター     片栗粉     ★     卵     にんじん     0、1歳:スープ     脂質     16.8 g	21									ゆみかん耳			_
11 <b>五目あんかけうどん</b> ★ うどん 三温糖 ★ 牛乳 ほうれん草 ねぎ <b>オートミールクッキー</b> エネルギー 528 kcal か <b>ぼちゃの甘煮</b> ★ オートミール ごま油 鶏肉 大根 干しぶどう <b>牛乳</b> たんぱく質 18.2 g たんぱく質 16.8 g						*							_
かぼちゃの甘煮 ★ オートミール ごま油 鶏肉 大根 干しぶどう 牛乳 たんぱく質 18.2 g にんじん 0、1歳:スープ 脂質 16.8 g					三温糖								
25   ★  バター 片栗粉   ★  卵 にんじん   0、1歳:ス一プ 脂質 16.8 g													
<u>+</u> 小麦粉 かぼちゃ 食塩相当量 3.1 g	25												_
	土		*	小麦粉					かぼちゃ			食塩相当量	3.1 g

<sup>★</sup>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。

<sup>・</sup>O. 1歳は午後のおやつに2種類の野菜が入ったスープが付きます。 ※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。 ・♥マークはおたのしみおやつです。