

2024年 4月 幼児献立表

給与栄養目標量

	エネルギー	たんぱく質
1~2歳	460kcal	18g
3~5歳	515kcal	20g

今年度
初めての食材

全て

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	かや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
						カルシウム(mg)		
15	月	午前補食	牛乳	牛乳			542	
		昼食	ポークカレー 春野菜の彩りサラダ いちご	豚肉	米・サラダ油・じゃが芋・カレー ルウ・砂糖・片栗粉 オリーブ油・砂糖	玉ねぎ・人参・ケチャップ キャベツ・アスパラガス・ホールコーン・トマト いちご	酢・醤油・塩	19.9
		おやつ	マカロニきなこ せんべい	きなこ	マカロニ・砂糖 塩せんべい			160
16	火	午前補食	牛乳	牛乳			529	
		昼食	きつねうどん 鶏肉の甘辛炒め 小松菜のごま和え りんご	油揚げ 鶏肉	うどん・砂糖・みりん・酒 砂糖・サラダ油・片栗粉 ごま・砂糖	ほうれん草・長ねぎ 玉ねぎ・人参・ピーマン・ホールコーン・ケチャップ 小松菜・人参 りんご	だし(かつお節・昆布)・醤油 鶏がら・酢 醤油	18.1
		おやつ	ふかし芋(さつま芋) クラッカー		さつま芋 クラッカー			283
17	水	午前補食	牛乳	牛乳			536	
		昼食	ご飯 麻婆豆腐 春雨のマヨサラダ 中華スープ(ほうれん草・しめじ)	豆腐・豚肉・味噌 ツナ缶	米 サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油 春雨・マヨドレ・砂糖 ごま油	人参・玉ねぎ・しいたけ 人参・きゅうり・ホールコーン ほうれん草・しめじ	醤油 醤油 鶏がら・醤油・塩	17.6
		おやつ	オレンジケーキ		小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油	オレンジジュース		212
18	木	午前補食	牛乳	牛乳			509	
		昼食	食パン のり塩チキン 切干大根のサラダ ミルクスープ 清見オレンジ	鶏肉	食パン 酒・オリーブ油・マヨドレ サラダ油・砂糖 じゃが芋	レモン汁・青のり 切干大根・人参・さやいんげん 玉ねぎ・グリーンピース 清見オレンジ	塩 醤油・酢・塩 醤油・塩	20.1
		おやつ	きのこことツナのごはん	ツナ缶	米・酒・みりん	人参・えのき・しいたけ	醤油・塩	236
19	金	午前補食	牛乳	牛乳			503	
		昼食	ご飯 たらの照り焼き/野菜ソテー さつま芋の煮物 みそ汁(かぼちゃ・えのき)	たら 油揚げ 味噌	米 酒・みりん・砂糖・サラダ油 さつま芋・サラダ油・酒・みりん	キャベツ・人参 ひじき・しいたけ・グリーンピース かぼちゃ・えのき	醤油・塩 醤油・だし(かつお節・昆布) だし(かつお節・昆布)・醤油	19.6
		おやつ	ジャムサンド		食パン・マーガリン	いちごジャム		206
20	土	午前補食	牛乳	牛乳			514	
		昼食	わかめラーメン 厚揚げの煮物 バナナ	鶏肉 厚揚げ	中華麺・サラダ油・酒・ごま 砂糖・酒	わかめ・人参・もやし・ホールコーン 玉ねぎ・人参・しいたけ・さやいんげん バナナ	鶏がら・醤油・塩 醤油・塩	20.6
		おやつ	せんべい クラッカー		塩せんべい クラッカー			249

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いいたします。
 ※ウィンナー・ハム・ベーコン・ちくわ・ミートボールは卵不使用の物を使用しています。
 ※行事や食材等の都合により変更することがございますのでご了承ください。
 ※お誕生会・イベント食はみんなで同じ食事をとりますのでアレルギーフリー食材を使用します。
 ※連絡帳に挟んであります「献立チェック表」にチェックをお願い致します。

日	曜	献立名		材料名				エネルギー(kcal)
		献立名	材料名				たんぱく質(g)	
			血や肉になるもの	かや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	カルシウム(mg)	
8	月	午前補食	せんべい		塩せんべい			529
22		昼食	ご飯 厚揚げと野菜の煮物 金平ごぼう みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ)	厚揚げ・鶏肉	サラダ油・酒 ごま・砂糖・みりん・サラダ油	しめじ・人参・さやいんげん・しょうが ごぼう・人参	醤油・塩 醤油	20.1
		おやつ	ももヨーグルト コーンフレーク	味噌 ヨーグルト	砂糖 コーンフレーク	ほうれん草・玉ねぎ もも缶	だし(かつお節・昆布)	301
9	火	午前補食	牛乳	牛乳				520
23		昼食	食パン 鮭とじゃが芋のグラタン 肉団子のトマトスープ りんご	鮭・牛乳・チーズ ミートボール	じゃが芋・パン粉・シチュールウ サラダ油・砂糖	ブロッコリー・玉ねぎ・青のり 人参・玉ねぎ・トマト缶 りんご	コンソメ・塩	20.7
		おやつ	コーンご飯		米・酒・ごま	ホールコーン	塩	231
10	水	午前補食	牛乳 ご飯	牛乳	米			510
24		昼食	回鍋肉 もやしナムル 中華スープ(チンゲン菜・しめじ)	豚肉・味噌	酒・砂糖・サラダ油 ごま油	キャベツ・玉ねぎ・しょうが もやし・ほうれん草・人参	醤油 醤油・塩・鶏がら	19.1
		おやつ	メロンパン風トースト		食パン・マーガリン・小麦粉・砂糖・グラニュー糖	チンゲン菜・しめじ	鶏がら・醤油・塩	204
11	木	午前補食	牛乳	牛乳				513
25		昼食	鶏の甘辛丼 ブロッコリーのオープン焼き みそ汁(大根・わかめ) 清見オレンジ	鶏肉 味噌	米・砂糖・酒・みりん・片栗粉 マヨドレ	玉ねぎ・人参・さやいんげん ブロッコリー・えのき・人参 大根・わかめ 清見オレンジ	醤油・だし(かつお節・昆布) 醤油 だし(かつお節・昆布)	20.5
		おやつ	チーズ蒸しパン	チーズ・牛乳	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油		塩	246
12	金	午前補食	牛乳	牛乳				506
26		昼食	ソース焼きそば きゅうりとわかめの酢の物 中華スープ(コーン・玉ねぎ) バナナ	豚肉・竹輪 しらす	中華麺・サラダ油 砂糖 ごま油	キャベツ・もやし・人参・ケチャップ・青のり きゅうり・玉ねぎ・わかめ 玉ねぎ・ホールコーン バナナ	ウスターソース・醤油 酢・塩 鶏がら・醤油	19.5
		おやつ	カステラ		カステラ			181
13	土	午前補食	牛乳	牛乳				508
27		昼食	和風チャーハン 人参とツナの炒め物 みそ汁(豆腐・ほうれん草)	豚肉 ツナ缶 味噌・豆腐	米・サラダ油・ごま油 サラダ油・酒・みりん・砂糖	人参・玉ねぎ・ホールコーン 人参・玉ねぎ ほうれん草	塩・醤油 醤油 だし(かつお節・昆布)	18.1
		おやつ	せんべい クラッカー		塩せんべい クラッカー			184
誕生日	金	午前補食	牛乳	牛乳				545
26		昼食	ピラフ からあげ キャベツのマヨサラダ コンソメスープ(小松菜・人参)	鶏肉 鶏肉	米・オリーブ油 酒・砂糖・サラダ油・片栗粉 マヨドレ	アスパラガス・玉ねぎ・ホールコーン・青のり しょうが・にんにく キャベツ・きゅうり・人参	コンソメ・塩 醤油 醤油	19.6
		おやつ	誕生日ケーキ		米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・粉砂糖	みかん缶・りんご缶	コンソメ・塩・醤油	211

2024年 5月 幼児献立表	給与栄養目標量	
	エネルギー	たんぱく質
	1~2歳	460kcal 18g
	3~5歳	515kcal 20g

今年度
初めての食材

さわら・ハム・水煮大豆・かつお節・あんこ・ゼラチン・バター・そうめん
 麩・スパゲッティ・たけのこ水煮・クリームコーン缶・小ねぎ・にら
 グレープフルーツ・りんごジュース・ブルーベリージャム・寒天・焼きのり

日	曜	午前補食 昼食 おやつ	献立名	材料名				エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)	
				血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他		
13	月	午前補食	せんべい		塩せんべい			511	
		昼食	ご飯 鶏肉の生姜焼き 切干大根と大豆のマヨ和え みそ汁(わかめ・ねぎ)	鶏肉 水煮大豆 味噌	米 みりん・砂糖・サラダ油 マヨドレ・砂糖	玉ねぎ・しょうが 切干大根・人参・ホールコーン・きゅうり わかめ・長ねぎ	醤油 醤油 だし(かつお節・昆布)		
		おやつ	みかんヨーグルト コーンフレーク	ヨーグルト	砂糖 コーンフレーク	みかん缶			194
14	火	午前補食	牛乳	牛乳				497	
		昼食	鮭としめじのクリームスパゲッティ ほうれん草とトマトのサラダ コンソメスープ(もやし・人参) オレンジ	鮭・牛乳	スパゲッティ・オリーブ油・砂糖 オリーブ油	玉ねぎ・しめじ・アスパラガス ホールコーン・キャベツ・ほうれん草・トマト もやし・人参 オレンジ	塩・コンソメ 塩・醤油・酢 塩・醤油・コンソメ		20.7
28		おやつ	炊き込みおにぎり		米・ごま油・酒・砂糖	ごぼう・人参・グリーンピース	塩・醤油		191
1	水	午前補食	牛乳	牛乳				500	
		昼食	ご飯 豚肉と厚揚げの焼肉風炒め チョレギサラダ みそ汁(えのき・人参) オレンジ	豚肉・厚揚げ 味噌	米 ごま油・酒・みりん・砂糖 ごま油	人参・しめじ キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・焼きのり えのき・人参 オレンジ	醤油 塩 だし(かつお節・昆布)		19.0
15		おやつ	マカロニナポリタン クラッカー		マカロニ・オリーブ油 クラッカー	ケチャップ・トマト缶	塩		251
16	木	午前補食	牛乳	牛乳				492	
		昼食	人参ごはん 炒り豆腐 小松菜とえのきのおかか和え みそ汁(さつまいも・しめじ)	豆腐・鶏肉 かつお節 味噌	米 サラダ油・砂糖・ごま油 さつまいも	人参 ひじき・人参・しいたけ・玉ねぎ・グリーンピース 小松菜・えのき しめじ	塩 だし(かつお節・昆布)・醤油 醤油 だし(かつお節・昆布)		19.8
30		おやつ	小倉サンド	あんこ	食パン・マーガリン				261
17	金	午前補食	牛乳	牛乳				499	
		昼食	食パン / りんご ポークソテー さつまいもバター焼き トマトスープ	豚肉	食パン サラダ油 さつまいも・バター 砂糖	りんご 玉ねぎ・ピーマン トマト缶・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・ケチャップ	塩・醤油 塩 塩・コンソメ		18.9
		おやつ	チーズチヂミ	チーズ	米粉・片栗粉・サラダ油・砂糖・ごま油・ごま	玉ねぎ・人参	醤油・酢		203
18	土	午前補食	牛乳	牛乳				532	
		昼食	ツナのペペロンチーノ風スパゲッティ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ(ほうれん草・人参) バナナ	ツナ缶	スパゲッティ・オリーブ油 砂糖・オリーブ油	玉ねぎ・キャベツ・にんにく ブロッコリー・玉ねぎ ほうれん草・人参 バナナ	塩 酢・醤油 塩・醤油・コンソメ		19.4
		おやつ	せんべい・ビスケット		塩せんべい・ビスケット				178

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いいたします。
 ※ウインナー・ハム・ベーコン・ちくわ・ミートボールは卵不使用の物を使用しています。
 ※行事や食材等の都合により変更することがございますのでご了承ください。
 ※お誕生会・イベント食はみんなで同じ食事をとりますのでアレルギーフリー食材を使用します。
 ※連絡帳に挟んであります「献立チェック表」にチェックをお願い致します。

5月5日こどもの日は祝日になりますので、
 こどもの日の行事食は5月2日に行います



日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
							カルシウム(mg)	
20	月	午前補食	牛乳	牛乳			503	
		昼食	油そーめん	豚肉・かつお節	そうめん・サラダ油・ごま油・酒	玉ねぎ・人参・にら	だし(かつお節・昆布)・塩・醤油	20.1
			トマトのサラダ 中華風コーンスープ		ごま油・みりん 片栗粉	トマト・玉ねぎ・チンゲン菜 クリームコーン缶・ホールコーン・えのき	醤油 塩・鶏がら	154
おやつ	鶏飯	鶏肉	米・酒・砂糖・みりん	しいたけ・人参・小ねぎ	だし(かつお節・昆布)・塩・醤油			
7	火	午前補食	牛乳	牛乳			523	
21		昼食	チキンカレー	鶏肉	米・じゃが芋・カレールウ・砂糖・片栗粉	玉ねぎ・人参・ケチャップ		19.6
			キャベツとコーンのごま炒め グレープフルーツ		サラダ油・ごま	キャベツ・ホールコーン・ピーマン グレープフルーツ	塩・醤油	177
おやつ	きなこトースト	きなこ	食パン・砂糖・マーガリン					
8	水	午前補食	牛乳	牛乳			500	
22		昼食	食パン / パナナ		食パン	パナナ		17.6
			イタリアン豆腐グラタン ハムとごぼうのサラダ	豆腐・チーズ ハム・味噌	サラダ油 ごま・砂糖・ごま油	玉ねぎ・ブロッコリー・ホールコーン・ケチャップ ごぼう・人参	塩・ウスターソース 酢	250
おやつ	コンソメスープ(じゃが芋・玉ねぎ) りんごゼリー ビスケット	ゼラチン	じゃが芋 砂糖	りんごジュース・りんご缶・寒天	塩・コンソメ			
9	木	午前補食	牛乳	牛乳			499	
23		昼食	ご飯		米			20.6
			さわらの野菜あんかけ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(麩・しめじ)	さわら 鶏肉 味噌	サラダ油・みりん・砂糖・片栗粉 砂糖・みりん	もやし・ピーマン・人参 かぼちゃ・しょうが しめじ	だし(かつお節・昆布)・塩・醤油 だし(かつお節・昆布)・醤油 だし(かつお節・昆布)	162
おやつ	大学芋		さつま芋・サラダ油・砂糖・みりん・ごま		醤油			
10	金	午前補食	牛乳	牛乳			506	
24		昼食	ご飯		米			19.2
			鶏じゃが 小松菜としらすの和え物 みそ汁(大根・わかめ)	鶏肉 しらす 味噌	じゃが芋・砂糖・酒 砂糖・ごま	人参・玉ねぎ・さやいんげん 小松菜・人参 大根・わかめ	だし(かつお節・昆布)・醤油 醤油 だし(かつお節・昆布)	288
おやつ	ブルーベリーチーズケーキ	牛乳・チーズ	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油	ブルーベリージャム				
11	土	午前補食	牛乳	牛乳			518	
25		昼食	豚丼	豚肉	米・砂糖・みりん・酒	玉ねぎ・人参	だし(かつお節・昆布)・醤油	20.4
			ほうれん草と竹輪のおかか和え みそ汁(さやいんげん・玉ねぎ)	竹輪・かつお節 味噌		ほうれん草 さやいんげん・玉ねぎ	醤油 だし(かつお節・昆布)	189
おやつ	せんべい・ビスケット		塩せんべい・ビスケット					
2	火	午前補食	牛乳	牛乳			541	
昼食		こいのぼりライス	油揚げ・チーズ	米・砂糖・ごま・みりん	切干大根・人参・きゅうり・焼きのり	だし(かつお節・昆布)・塩・醤油・酢	20.0	
		たけのこ鶏肉のごま味噌炒め すまし汁(玉ねぎ・わかめ)	鶏肉・味噌	ごま・みりん・砂糖・サラダ油	たけのこ水煮・ピーマン 玉ねぎ・わかめ	醤油 だし(かつお節・昆布)・塩・醤油	223	
おやつ	りんご 半月どら焼き	あんこ	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油		りんご 醤油			
誕生日	31	午前補食	牛乳	牛乳			512	
昼食		ケチャップライス		米	ホールコーン・グリーンピース・ケチャップ	塩・醤油	20.5	
		鶏肉の照り焼き ごぼうと人参のゴマドレッシング	鶏肉 鶏肉	みりん・サラダ油 ごま・ごま油・砂糖	玉ねぎ・しょうが・にんにく ごぼう・人参	醤油 醤油・酢	225	
おやつ	コンソメスープ(人参・ほうれん草) 誕生日ケーキ		人参・ほうれん草	りんご缶	塩・醤油・コンソメ			

2024年 6月 幼児献立表

給与栄養目標量

	エネルギー	たんぱく質
1~2歳	460kcal	18g
3~5歳	515kcal	20g

今年度
初めての食材

かじき・ウインナー・小豆缶・しらたき・つきこんにゃく・そら豆・なす・れんこん・ぶどうジュース・マーマレードジャム・パイナップル缶・カレー粉・オイスターソース・ハヤシルウ

日	曜	午前補食 昼食 おやつ	献立名	材料名				エネルギー(kcal)
				血や肉になるもの	かや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)
								カルシウム(mg)
3	月	午前補食	牛乳	牛乳				516
17		昼食	ご飯 豚肉と厚揚げのオイスターソース炒め じゃが芋とそら豆のマヨサラダ みそ汁(わかめ・玉ねぎ)	厚揚げ・豚肉	米 みりん・サラダ油 じゃが芋・マヨドレ・砂糖	人参・チンゲン菜・しょうが そら豆・人参 わかめ・玉ねぎ	オイスターソース・醤油 だし(かつお節・昆布)	19.0
		おやつ	トマトケーキ	味噌	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油	トマト缶	塩	247
4	火	午前補食	牛乳	牛乳				479
18		昼食	食パン / オレンジ チリコンカン コーンサラダ コンソメスープ(人参・しめじ)	水煮大豆・鶏肉	食パン サラダ油・砂糖 オリーブ油	オレンジ 玉ねぎ・人参・トマト缶・ケチャップ ホールコーン・キャベツ・ほうれん草 人参・しめじ	コンソメ・塩 塩・酢・醤油 コンソメ・塩・醤油	20.5
		おやつ	三色ピラフ		米・マーガリン・オリーブ油	人参・ホールコーン・ピーマン	コンソメ	186
5	水	午前補食	せんべい わかめご飯 / パナナ		塩せんべい 米	わかめ / パナナ	塩	519
19		昼食	かじきの照り焼き さつま芋の塩金平 具沢山みそ汁	めかじき	片栗粉・サラダ油・砂糖・みりん さつま芋・砂糖・ごま・ごま油	大根・人参・ごぼう・長ねぎ	醤油 塩 だし(かつお節・昆布)	18.2
		おやつ	いちごヨーグルト コーンフレーク	味噌 ヨーグルト		コーンフレーク	いちごジャム	174
6	木	午前補食	牛乳	牛乳				522
20		昼食	塩焼きそば トマトのサラダ 中華スープ(コーン・玉ねぎ) おはぎ	豚肉・竹輪	中華麺・サラダ油・酒 ごま油・砂糖	キャベツ・もやし・人参・にら・しいたけ・にんにく・青のり トマト・玉ねぎ ホールコーン・玉ねぎ	鶏がら・塩・醤油 酢・醤油 鶏がら・塩・醤油	19.6
		おやつ	ピザトースト	きなこ・あんこ	米・砂糖			159
7	金	午前補食	牛乳	牛乳				488
21		昼食	ご飯 筑前煮 ほうれん草のしらす和え みそ汁(わかめ・キャベツ)	鶏肉 しらす	米 サラダ油・砂糖・酒 砂糖・サラダ油	だけの水煮・れんこん・人参・ごぼう・しいたけ・こんにゃく・グリーンピース ほうれん草・人参 わかめ・キャベツ	だし(かつお節・昆布)・醤油 醤油 だし(かつお節・昆布)	21.2
		おやつ	ピザトースト	ウインナー・チーズ	食パン	ホールコーン・玉ねぎ・ケチャップ		257
8	土	午前補食	牛乳	牛乳				502
22		昼食	鮭チャーハン いんげんと人参のおかか和え 中華スープ(春雨・ほうれん草) パナナ	かつお節	米・サラダ油・ごま油 砂糖・サラダ油 春雨・ごま油	人参・玉ねぎ・ホールコーン さやいんげん、人参 ほうれん草	塩・醤油 醤油 鶏がら・塩・醤油	19.5
		おやつ	せんべい / クラッカー		塩せんべい・クラッカー			194

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いします。
 ※ウインナー・ハム・ベーコン・ちくわ・ミートボールは卵不使用の物を使用しています。
 ※行事や食材等の都合により変更することがございますのでご了承ください。
 ※お誕生会・イベント食はみんなで同じ食事をとりますのでアレルギーフリー食材を使用します。
 ※連絡帳に挟んであります「献立チェック表」にチェックをお願い致します。

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	カや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
							カルシウム(mg)	
10	月	午前補食	牛乳	牛乳			498	
		昼食	ご飯	米				
24		鶏肉と豆腐のすき煮風 小松菜のごま和え みそ汁(なす・小ねぎ)	豆腐・鶏肉	砂糖・みりん・酒・サラダ油	玉ねぎ・人参・しいたけ・しらたき・しょうが	醤油	18.8	
	おやつ	じゃがバター せんべい	味噌 バター	ごま・砂糖・ごま油 じゃが芋 塩せんべい	小松菜・人参・しめじ なす・小ねぎ	だし(かつお節・昆布) 塩	266	
11	火	午前補食	牛乳	牛乳			526	
25		昼食	けんちんうどん	豚肉・油揚げ	うどん・みりん・砂糖・酒	人参・大根・しいたけ・長ねぎ	醤油・だし(かつお節・昆布)	18.9
		おやつ	かぼちゃのいとこ煮 グレープフルーツ バナナケーキ	小豆缶	かぼちゃ グレープフルーツ 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油	醤油・だし(かつお節・昆布)	188	
12	水	午前補食	牛乳	牛乳			523	
26		昼食	ハヤシライス(豚肉)	豚肉	米・ハヤシルウ・サラダ油・片栗粉	玉ねぎ・しめじ・グリーンピース・ケチャップ・トマト 缶		19.1
		おやつ	はりはりサラダ バナナ ぶどうゼリー ビスケット	ツナ缶 ゼラチン	ごま・砂糖・ごま油 砂糖 ビスケット	切干大根・きゅうり バナナ ぶどうジュース・寒天	醤油・酢	199
13	木	午前補食	牛乳	牛乳			520	
27		昼食	食パン 鶏肉とブロッコリーのオーロラソース炒め ミルクコンソメスープ オレンジ	鶏肉 牛乳	酒・片栗粉・マヨドレ・サラダ油	にんにく・ブロッコリー・玉ねぎ・ケチャップ ほうれん草・玉ねぎ・人参・クリームコーン缶 オレンジ	塩・醤油 コンソメ・塩	21.9
		おやつ	五平餅	味噌	米・片栗粉・砂糖・みりん・酒・サラダ油・ごま			242
14	金	午前補食	牛乳	牛乳			511	
28		昼食	たらと野菜の中華丼	たら	米・片栗粉・サラダ油・砂糖・ごま油	チンゲン菜・人参・玉ねぎ・しいたけ	鶏がら・塩・醤油	20.6
		おやつ	さつま芋の甘辛和え すまし汁(豆腐・わかめ)	鶏肉 豆腐・味噌	さつま芋・サラダ油・砂糖	わかめ	醤油・酢 だし(かつお節・昆布)	201
1	土	午前補食	牛乳	牛乳			496	
15		昼食	味噌ラーメン	豚肉・味噌	中華麺・ごま油	ホールコーン・キャベツ・もやし・しいたけ・人参・ 小ねぎ・にんにく・しょうが	鶏がら・醤油	20.9
29		おやつ	ブロッコリーとチーズのごま和え オレンジ せんべい・クラッカー	チーズ	ごま・砂糖	ブロッコリー オレンジ	醤油	227
誕生日		午前補食	牛乳	牛乳			508	
		昼食	カレーピラフ 鶏肉のマーマレード焼き キャベツともやしのサラダ 野菜スープ	鶏肉 鶏肉	米・オリーブ油 みりん・サラダ油	玉ねぎ・人参・ピーマン マーマレードジャム キャベツ・もやし・きゅうり・ホールコーン	コンソメ・塩・カレー粉 醤油 醤油・酢・塩	18.9
		おやつ	誕生日ケーキ(みかん・パイ)		さつま芋 米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・粉砂糖	みかん缶・パイナップル缶	コンソメ・塩・醤油	177

2024年 7月 幼児献立表

給与栄養目標量

	エネルギー	たんぱく質
1~2歳	460kcal	18g
3~5歳	515kcal	20g

今年度
初めての食材

なめこ・おくら・カルピス・すいか・メロン・納豆

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	かや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
						カルシウム(mg)		
1	29	午前補食	牛乳	牛乳			492	
		昼食	ごはん ブルコギ もやしのナムル わかめスープ	豚肉	米 サラダ油・砂糖 ごま・ごま油	玉ねぎ・ピーマン・人参・にんにく もやし・人参 わかめ・小ねぎ	オイスターソース・醤油 塩 鶏がら・塩・醤油	178
		おやつ	パインケーキ	牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油	パインアップル缶		194
2	16	午前補食	牛乳	牛乳			516	
		昼食	食パン チキンステーキ マカロニサラダ コンソメスープ(いんげん・玉ねぎ) オレンジ	鶏肉 ツナ缶	食パン サラダ油・みりん マカロニ・マヨドレ・砂糖	玉ねぎ・ブロッコリー・にんにく・しょうが きゅうり・人参 さやいんげん・玉ねぎ オレンジ	醤油 塩 醤油・コンソメ・塩	20.5
		おやつ	コーンチーズおにぎり	チーズ	米	ホールコーン	塩	185
3	17	午前補食	牛乳	牛乳			489	
		昼食	ごはん 鮭の漬け焼き 小松菜と油揚げの炒め煮 みそ汁(なめこ・ねぎ)	鮭 油揚げ 味噌	米 サラダ油・みりん サラダ油・砂糖	玉ねぎ・人参 小松菜・人参	醤油 醤油・だし(かつお節・昆布)	22.8
		おやつ	水ようかん クラッカー	あんこ	砂糖 クラッカー	寒天		249
4	18	午前補食	牛乳	牛乳			489	
		昼食	ソース焼きそば きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁(えのき・人参)	豚肉・竹輪 しらす 味噌	中華麺・サラダ油 砂糖	キャベツ・もやし・人参・青のり・ケチャップ	ウスターソース・醤油 酢・塩 だし(かつお節・昆布)	19.8
		おやつ	ポテトおやき		米粉・サラダ油・じゃが芋	ケチャップ	塩	174
19	金	午前補食	牛乳	牛乳			488	
		昼食	五目ご飯 鶏肉のごま味噌焼き すまし汁(おくら・春雨) グレープフルーツ	鶏肉・油揚げ 鶏肉・味噌	米・砂糖・酒 みりん・サラダ油・砂糖・ごま 春雨	人参・しいたけ・グリーンピース	塩・醤油 だし(かつお節・昆布)・塩・醤油	21.2
		おやつ	ひじきチヂミ		米粉・片栗粉・サラダ油・砂糖・ごま・ごま油	ひじき・玉ねぎ・人参・小ねぎ	酢・醤油	217
6	20	午前補食	牛乳	牛乳			527	
		昼食	ごはん 豚肉の野菜炒め さつま芋の金平 みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ)	豚肉 味噌	米 サラダ油 さつま芋・砂糖・みりん・ごま・ごま油	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく ほうれん草・玉ねぎ	塩・醤油 醤油 だし(かつお節・昆布)	18.7
		おやつ	せんべい クラッカー			塩せんべい クラッカー		206
七夕	5	午前補食	牛乳	牛乳			489	
		昼食	七夕ちらし 鶏肉のごま味噌焼き 天の川スープ グレープフルーツ	鶏肉 鶏肉・味噌	米・砂糖・酒 みりん・サラダ油・砂糖・ごま 春雨	しいたけ・人参・きゅうり・ホールコーン・しょうが	酢・塩・醤油・だし(かつお節・昆布)	20.5
		おやつ	フルーツポンチ せんべい			みかん缶・もも缶・すいか・りんごジュース		185

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いいたします。
 ※ウィンナー・ハム・ベーコン・ちくわ・ミートボールは卵不使用の物を使用しています。
 ※行事や食材等の都合により変更することがございますのでご了承ください。

※お誕生会・イベント食はみんなで同じ食事をとりますのでアレルギーフリー食材を使用します。
 ※連絡帳に挟んであります「献立チェック表」にチェックをお願い致します。

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	カや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
							カルシウム(mg)	
8	月	午前補食	牛乳				511	
22		昼食	納豆	米	小ねぎ	醤油	18.5	
		おやつ	かぼちゃの煮物	砂糖・みりん	かぼちゃ・さやいんげん	醤油・だし(かつお節・昆布)		
		おやつ	ほうれん草のおかか和え	かつお節	砂糖	ほうれん草・えのき・人参	醤油	
		みそ汁(なす・ねぎ)	味噌		なす・長ねぎ	だし(かつお節・昆布)	283	
		チーズスコーン	牛乳・チーズ	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油				
9	火	午前補食	せんべい	塩せんべい			490	
23		昼食	しゃーしゃー麺	豚肉・味噌	中華麺・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油	人参・ホールコーン・長ねぎ・きゅうり・にんにく・しょうが	醤油	18.3
		おやつ	豆腐とわかめの中華和え	豆腐	砂糖・みりん・ごま・ごま油	わかめ・玉ねぎ	醤油	
		おやつ	中華スープ(チンゲン菜・もやし)			チンゲン菜・もやし	鶏がら・塩	185
		オレンジ			オレンジ			
		カルピスヨーグルト	ヨーグルト・カルピス	砂糖				
		コーンフレーク		コーンフレーク				
10	水	午前補食	牛乳				509	
24		昼食	食パン	食パン			18.4	
		おやつ	鶏とじゃがいものグラタン	鶏肉・チーズ・牛乳	じゃが芋・パン粉・シチュールー・サラダ油	ブロッコリー・玉ねぎ・青のり		酢・醤油・塩
		おやつ	春雨サラダ	ハム	春雨・オリーブ油	きゅうり・人参	コンソメ・塩・醤油	19.9
		コンソメスープ(しめじ・コーン)			しめじ・ホールコーン	だし(かつお節・昆布)・醤油・塩		
		ごぼうご飯		米・酒	ごぼう・人参			
11	木	午前補食	牛乳				502	
25		昼食	ご飯	米			20.1	
		おやつ	さわらの味噌マヨ焼き	さわら・味噌	砂糖・マヨドレ			だし(かつお節・昆布)・醤油
		おやつ	ひじきの炒り煮	大豆水煮・油揚げ	サラダ油・砂糖・酒・みりん	ひじき・人参・しいたけ・グリーンピース	だし(かつお節・昆布)・醤油・塩	189
		すまし汁(さつま芋・玉ねぎ)		さつま芋	玉ねぎ			
		メロンパントースト		食パン・マーガリン・小麦粉・砂糖・グラニュー糖				
12	金	午前補食	牛乳				555	
26		昼食	夏野菜カレー	鶏肉	米・サラダ油・砂糖・カレールウ	玉ねぎ・なす・かぼちゃ・人参・トマト缶・ケチャップ	18.9	
		おやつ	きのこのマリネ		オリーブ油・砂糖	えのき・しいたけ・しめじ・ホールコーン		酢・塩
		おやつ	すいか			すいか		176
		さつま芋きなこクラッカー	きなこ	さつま芋・砂糖				
		クラッカー		クラッカー				
13	土	午前補食	牛乳				506	
27		昼食	焼きうどん	豚肉・かつお節	うどん・サラダ油	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン	醤油・塩	20.4
		おやつ	ほうれん草と竹輪のマヨ和え	竹輪	マヨドレ	ほうれん草	醤油	
		おやつ	みそ汁(わかめ・麩)	味噌	麩	わかめ	だし(かつお節・昆布)	186
		バナナ		バナナ				
		せんべい		塩せんべい				
		クラッカー		クラッカー				
誕生日	🍰	午前補食	牛乳				533	
		昼食	カレーピラフ		米・バター	玉ねぎ・人参・ホールコーン	塩・カレー粉	20.4
		おやつ	鶏のピザ焼き	鶏肉・チーズ		玉ねぎ・ピーマン・しめじ・トマト缶	コンソメ・塩	
		コンソメスープ(キャベツ・人参)			キャベツ・人参	コンソメ・塩・醤油		
		メロン			メロン			
		誕生日ケーキ	牛乳	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・粉砂糖	かぼちゃ・りんご缶		186	

2024年 8月 幼児献立表

給与栄養目標量

	エネルギー	たんぱく質
1~2歳	460kcal	18g
3~5歳	515kcal	20g

今年度
初めての食材

塩昆布・干しえび・青じそ・ベーコン
ゴーヤ・揚げ玉・りんごジャム・梅干し

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
15	木・月	午前補食	牛乳	牛乳				
26		昼食	なすのポロネーゼ風 ツナサラダ コンソメスープ(じゃが芋・人参) グレープフルーツ	豚肉 ツナ缶	スパゲッティ・サラダ油・片栗粉 砂糖	なす・玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ キャベツ・きゅうり 人参 グレープフルーツ	ウスターソース・コンソメ・塩・カレー粉 醤油・酢・塩 コンソメ・塩・醤油	502 20.4
		おやつ	米粉蒸しパン(チーズとコーン)	チーズ	米粉・ベーキングパウダー・砂糖	ホールコーン	塩	206
13	火	午前補食	牛乳	牛乳				
27		昼食	ジュシー風ご飯 ゴーヤのかき揚げ すまし汁(豆腐・えのき) オレンジ	豚肉 竹輪 豆腐	米・酒・砂糖 米粉・片栗粉・サラダ油	人参・しいたけ・しょうが ゴーヤ・ホールコーン・玉ねぎ えのき・小ねぎ オレンジ	醤油・塩 塩 だし(かつお節・昆布)・醤油・塩	545 17.4
		おやつ	塩ちんすこう		小麦粉・砂糖・サラダ油		塩	150
14	水	午前補食	牛乳	牛乳				
28		昼食	ご飯 さわらの梅ソース焼き ひじきのサラダ みそ汁(玉ねぎ・小松菜)	さわら	米 みりん・砂糖・オリーブ油 サラダ油・砂糖	梅干し ひじき・人参・きゅうり・ホールコーン 玉ねぎ・小松菜	塩・醤油 醤油・酢 だし(かつお節・昆布)	493 21.5
		おやつ	そうめん	鶏肉	そうめん・揚げ玉・みりん	人参・小ねぎ	だし(かつお節・昆布)・塩・醤油	184
1	木	午前補食	牛乳	牛乳				
29		昼食	豚トマト丼 ほうれん草の味噌白和え すまし汁(えのき・人参)	豚肉 豆腐・味噌	米・サラダ油・砂糖・みりん・酒 砂糖・ごま	玉ねぎ・人参・トマト ほうれん草・人参・こんにゃく・しいたけ えのき・人参	だし(かつお節・昆布)・醤油 醤油・塩 だし(かつお節・昆布)・醤油・塩	507 20.7
		おやつ	フルーツ寒天 クラッカー	ゼラチン	砂糖 クラッカー	寒天・みかん缶・もも缶・パイン缶		221
2	金	午前補食	牛乳	牛乳				
16		昼食	食パン とりつくね(照焼き風) さつま芋サラダ コンソメスープ(キャベツ・しめじ)	鶏肉	食パン マヨドレ・片栗粉・サラダ油・砂糖・みりん さつま芋・砂糖・オリーブ油	玉ねぎ・れんこん・しょうが 玉ねぎ・人参・きゅうり キャベツ・しめじ	塩・醤油 塩・酢 コンソメ・塩・醤油	504 19.8
		おやつ	塩昆布とコーンのおにぎり		米・ごま	塩昆布・ホールコーン	鶏がら	169
3	土	午前補食	牛乳	牛乳				
17		昼食	マーボー丼 小松菜と竹輪の和え物 中華スープ(わかめ・玉ねぎ)	豆腐・豚肉・味噌 竹輪	米・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油 砂糖	人参・玉ねぎ 小松菜・もやし わかめ・玉ねぎ	醤油 醤油 鶏がら・塩・醤油	518 18.4
31		おやつ	バナナ せんべい ビスケット		塩せんべい ビスケット			249

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いします。
 ※ウインナー・ハム・ベーコン・ちくわ・ミートボールは卵不使用の物を使用しています。
 ※行事や食材等の都合により変更することがございますのでご了承ください。
 ※お誕生会・イベント食はみんなで同じ食事をとりますのでアレルギーフリー食材を使用します。
 ※連絡帳に挟んであります「献立チェック表」にチェックをお願い致します。

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)
			血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)
							カルシウム(mg)
5	月	午前補食	牛乳	牛乳			529
19		昼食	ごはん		米		
			鮭とじゃが芋のバター炒め	鮭	じゃが芋・サラダ油・バター・砂糖	玉ねぎ・ピーマン	醤油
			れんこんの金平		砂糖・みりん・ごま油	れんこん・人参・しらたき	醤油
		みそ汁(なす・ねぎ)	味噌		なす・長ねぎ	だし(かつお節・昆布)	212
		おやつ	小豆とさつま芋のケーキ	小豆缶・牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・さつま芋		
6	火	午前補食	せんべい		塩せんべい		529
20		昼食	あんかけ焼きそば	豚肉・竹輪	中華麺・サラダ油・砂糖・片栗粉・ごま油	チンゲン菜・玉ねぎ・人参	塩・鶏がら・醤油
			チョレギサラダ		ごま油	キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・焼きのり	塩
			わかめスープ			わかめ・小ねぎ	鶏がら・塩・醤油
		とうもろこし			とうもろこし		168
		おやつ	ベリーラッシー ビスケット	牛乳・ヨーグルト	砂糖 ビスケット	ブルーベリー・いちごジャム・レモン汁	
7	水	午前補食	牛乳	牛乳			536
21		昼食	ごはん		米		
			鶏肉とさつま芋の甘辛炒め	鶏肉	さつま芋・サラダ油・みりん・砂糖・ごま	ピーマン	醤油
			切干大根の炒り煮	竹輪	サラダ油・砂糖	切干大根・人参・しいたけ・さやいんげん	だし(かつお節・昆布)・醤油
		みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	油揚げ・味噌		ほうれん草	だし(かつお節・昆布)	218
		バナナ			バナナ		
		おやつ	枝豆 せんべい		枝豆 塩せんべい	塩	226
8	木	午前補食	牛乳	牛乳			546
22		昼食	食パン		食パン		
			厚揚げシチュー	厚揚げ・鶏肉・牛乳	サラダ油・シチュールウ・片栗粉	人参・玉ねぎ・ホールコーン・しめじ・グリーンピース	コンソメ
			肉団子のケチャップ炒め	肉団子	砂糖・サラダ油	玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ	ウスターソース・酢
		すいか			すいか	だし(かつお節・昆布)・醤油・塩	293
		おやつ	えびと青じそのだしご飯	干しえび	米・ごま	青じそ	
9	金	午前補食	牛乳	牛乳			533
23		昼食	キーマカレー	豚肉・大豆水煮	米・サラダ油・カレールウ	人参・玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ	コンソメ
			ブロッコリーのチーズ焼き	チーズ	マヨドレ	ブロッコリー・人参	塩
			コンソメスープ(オクラ・玉ねぎ)			オクラ・玉ねぎ	コンソメ・醤油・塩
		おやつ	オレンジ		オレンジ		214
		おやつ	ジャムサンド(りんご)		食パン・マーガリン	りんごジャム	
10	土	午前補食	牛乳	牛乳			533
24		昼食	鶏塩ラーメン	鶏肉	中華麺	わかめ・ホールコーン・長ねぎ	醤油・塩・鶏がら
			じゃが芋のバターソテー	ベーコン	じゃが芋・バター	玉ねぎ	塩
			バナナ			バナナ	
		おやつ	せんべい ビスケット		塩せんべい ビスケット		185
誕生日	金	午前補食	牛乳	牛乳			522
30		昼食	バターライス		米・バター	にんにく・青のり	塩
			タンドリーチキン	鶏肉・ヨーグルト	砂糖・サラダ油	ケチャップ	カレー粉・塩
			野菜ソテー		サラダ油	キャベツ・人参・ピーマン・もやし	塩・醤油
		コンソメスープ(ブロッコリー・玉ねぎ)			ブロッコリー・玉ねぎ	コンソメ・塩・醤油	17.3
		おやつ	誕生日ケーキ	牛乳	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・粉砂糖	もも缶・みかん缶	207

2024年 9月 幼児献立表

給与栄養目標量

	エネルギー	たんぱく質
1~2歳	460kcal	18g
3~5歳	515kcal	20g

今年度
初めての食材

豆乳

日	曜	献立名	材料名				エネルギー(kcal)	
			血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
防災 2	月	午前補食	牛乳	牛乳			498	
		昼食	ご飯(アルファ化米使用予定) ツナじゃが 豚汁	米 ツナ缶 豚肉・味噌	じゃが芋・酒・砂糖 人参・玉ねぎ	醤油・だし(かつお節・昆布) だし(かつお節・昆布)	15.8	
		おやつ	みかん缶 ゆかりおにぎり	米	みかん缶 ゆかり		141	
3 17 十五夜	火	午前補食	牛乳	牛乳			492	
		昼食	きのこうどん 切干大根のマヨサラダ バナナ	豚肉・油揚げ マヨドレ・砂糖	うどん・サラダ油・砂糖 しいたけ・しめじ・えのき・人参	醤油・だし(かつお節・昆布) 醤油	19.8	
		おやつ	バナナ かぼちゃ団子	米粉・サラダ油・砂糖・みりん・片栗粉	かぼちゃ	醤油	180	
4 18	水	午前補食	牛乳	牛乳			527	
		昼食	食パン 厚揚げグラタン ベーコンとほうれん草のソテー コンソメスープ(えのき・人参)	厚揚げ・牛乳 ベーコン サラダ油	じゃが芋・サラダ油・シチュールッ・パン粉 さやいんげん	玉ねぎ・人参 ほうれん草・しめじ えのき・人参	塩 塩 コンソメ・塩	297
		おやつ	じゃこチャーハン	しらす	米・サラダ油・ごま油	人参・ピーマン	塩・醤油	499
5 19	木	午前補食	せんべい	鶏肉・豆腐	塩せんべい		499	
		昼食	鶏そぼろ丼 里芋の煮っころがし みそ汁(もやし・チンゲン菜) オレンジ	味噌	米・サラダ油・酒・みりん・砂糖 里芋・砂糖	玉ねぎ・人参 さやいんげん もやし・チンゲン菜	醤油 醤油・だし(かつお節・昆布) だし(かつお節・昆布)	19.6
		おやつ	オレンジ ピーチヨーグルト コーンフレーク	ヨーグルト	砂糖 コーンフレーク	もも缶		193
6 20	金	午前補食	牛乳	牛乳			505	
		昼食	ご飯 かじきのトマト煮 かぼちゃのサラダ みそ汁(わかめ・玉ねぎ)	めかじき	米 片栗粉・サラダ油・砂糖 マヨドレ	人参・玉ねぎ・しめじ・ブロッコリー・トマト缶・ケチャップ かぼちゃ・人参・きゅうり・ホールコーン	コンソメ 塩	20.2
		おやつ	きなこトースト	味噌 きなこ	食パン・砂糖・マーガリン	わかめ・玉ねぎ	だし(かつお節・昆布)	170
7 21	土	午前補食	牛乳	牛乳			490	
		昼食	ご飯 厚揚げのうま煮 ブロッコリーのおかか和え バナナ	厚揚げ・豚肉 かつお節	米 サラダ油・砂糖・酒・片栗粉 砂糖	人参・しめじ・グリーンピース ブロッコリー	醤油・コンソメ 醤油	17.0
		おやつ	バナナ せんべい ビスケット		塩せんべい ビスケット			186

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べる事が無いようお願いいたします。
 ※ウインナー・ハム・ベーコン・ちくわ・ミートボールは卵不使用の物を使用しています。
 ※行事や食材等の都合により変更することがございますのでご了承ください。
 ※お誕生会・イベント食はみんなで同じ食事をとりますのでアレルギーフリー食材を使用します。
 ※連絡帳に挟んであります「献立チェック表」にチェックをお願い致します。

日	曜	献立名		材料名				エネルギー(kcal)
		献立名	血や肉になるもの	かや熱になるもの	体の調子を整えるもの	その他	たんぱく質(g)	
							カルシウム(mg)	
9	30	午前補食	牛乳	牛乳				544
		昼食	バターチキンカレー	鶏肉・牛乳・チーズ	米・砂糖・カレールウ・バター	トマト缶・玉ねぎ・にんにく・ケチャップ	コンソメ	19.0
		おやつ	カルピスゼリー クラッカー	カルピス・ゼラチン	クラッカー	寒天		229
10	24	午前補食	牛乳	牛乳				486
		昼食	食パン 鶏肉のピザ焼き コーンサラダ コンソメスープ(じゃが芋・ほうれん草)	鶏肉・チーズ	サラダ油・砂糖・オリーブ油 オリーブ油 じゃが芋	玉ねぎ・トマト缶 ホールコーン・キャベツ・きゅうり・人参 ほうれん草	塩・コンソメ 塩・酢・醤油 コンソメ・塩	19.6
		おやつ	みそ蒸しパン	味噌・牛乳	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油			275
11	25	午前補食	牛乳	牛乳				486
		昼食	ご飯 / パナナ たらん照り焼き ブロッコリーのごま和え みそ汁(もやし・玉ねぎ)	たら	米 片栗粉・サラダ油・みりん・砂糖 ごま・砂糖	パナナ さやいんげん ブロッコリー・人参 もやし・玉ねぎ・小ねぎ	醤油・塩 醤油 だし(かつお節・昆布)	18.5
		おやつ	大学芋 せんべい		さつま芋・サラダ油・みりん・砂糖・ごま 塩せんべい		醤油	199
12	26	午前補食	牛乳	牛乳				521
		昼食	とんこつ風ラーメン ほうれん草の白和え オレンジ	豚肉・豆乳・味噌 豆腐	中華麺・みりん・片栗粉・ごま油 砂糖・ごま	キャベツ・もやし・しいたけ・人参・小ねぎ・にんにく・しょうが ほうれん草・人参 オレンジ	鶏がら・醤油 醤油・塩	21.7
		おやつ	なめたけご飯		米・みりん・酒・砂糖	えのき・人参	醤油・酢・だし(かつお節・昆布)	211
13	27	午前補食	牛乳	牛乳				538
		昼食	ご飯 厚揚げのみそ炒め さつま芋とひじきの煮物 ずまし汁(しいたけ・わかめ)	厚揚げ・豚肉・味噌	米 サラダ油・みりん・砂糖・ごま・ごま油 さつま芋・砂糖	玉ねぎ・ピーマン・しめじ・しょうが 人参・ひじき しいたけ・わかめ	醤油 だし(かつお節・昆布)・醤油 だし(かつお節・昆布)・醤油・塩	17.6
		おやつ	オレンジケーキ		小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油	オレンジジュース・みかん缶		290
14	28	午前補食	牛乳	牛乳				499
		昼食	鶏肉とキャベツのうま塩パスタ いんげんと人参のソテー コンソメスープ(玉ねぎ・コーン) パナナ	鶏肉	スパゲッティ・オリーブ油 バター	キャベツ・玉ねぎ・にんにく さやいんげん・人参 玉ねぎ・ホールコーン パナナ	鶏がら・醤油・塩 塩 塩・コンソメ	19.5
		おやつ	カステラ		カステラ			159
誕生日	🍰	午前補食	牛乳	牛乳				530
		昼食	ご飯 / オレンジ レモン風味からあげ 彩りサラダ	鶏肉	米 片栗粉・サラダ油 オリーブ油	オレンジ レモン果汁 キャベツ・きゅうり・ホールコーン・トマト	醤油 酢・醤油	19.3
		おやつ	コンソメスープ(じゃが芋・玉ねぎ) 誕生日ケーキ(りんご缶・レーズン)		じゃが芋 米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・粉砂糖	玉ねぎ・青のり りんご缶・レーズン	塩・コンソメ	179