

日	曜日	献立名	10時のオヤツ	材料	栄養価		使っている主な材料			
		昼食	3時のオヤツ	材料	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
2	月	ごはん	あんぱんまんそふとせんべい	アンパンマンのへびーせんべい	エネルギー 535kcal	エネルギー 419kcal	鶏肉 卵 豆腐,わかめ	きゅうり,人参 青ねぎ	米 0小麦粉,サラダ油,さとう タルタルソース 春雨,さとう,白いりごま 白いりごま	食塩1kg,酒,こいくちしょうゆ 食酢1.8L 食酢1.8L,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,化学調味料無添加ガラスープ
		ちきんなんばん	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 24.7g	蛋白質 18g				
		はるさめさらだ	ふる一つぜりー	みかん缶 4号缶,パイン缶 カルピス,水,カンテンクック	脂質 11.9g	脂質 9.2g				
		わかめすーぶ	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 218mg	カルシウム 184mg				
3	火	わかめごはん	ふいんがーびすけつと	ビスケット	エネルギー 492kcal	エネルギー 399kcal	豚肉 絹厚揚げ四角10g キューマンソイフーズ さざ波ちらしS,糸かつお 味噌	混ぜ込みわかめ わかめ180g 大根,人参,しめじ,三度豆 ほうれん草,はくさい 玉ねぎ	米 さとう 花麩	出汁,こいくちしょうゆ,料理酒 みりん風調味料 ボン酢醤油 出汁
		ぶただいこんとあつあげに	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 21.4g	蛋白質 17.6g				
		ほうれんそうのぼんずあえ	くらっかーさんど	リッツ,マシュマロ	脂質 14.1g	脂質 11g				
		みそしる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 265mg	カルシウム 215mg				
4	水	むぎごはん	かるしうむせんべい	カルシウム 甘醤油せんべい	エネルギー 548kcal	エネルギー 434kcal	豚ミンチ 並,豆腐,卵 ライトツナフレーク 味噌	たまねぎ,大根,青ねぎ 人参,コーン 冷凍ミリベジ 小松菜,しめじ	米,はくばく 押麦 パン粉,さとう,片栗粉 ごま油	食塩1kg,こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒,こいくちしょうゆ,食塩1kg 出汁
		わふうとうふはんぱーぐ	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 20.5g	蛋白質 16.8g				
		にんじんしりしり	ばななこあむしばん	昭和ホットケーキミックス600g,バナナ ココアパウダー,サラダ油,豆乳	脂質 18.8g	脂質 13.3g				
		みそしる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 244mg	カルシウム 271mg				
5	木	ごはん	どうぶつびすけつと	キンピス アスパラガスビスケット	エネルギー 549kcal	エネルギー 429kcal	さば骨なし60g ウィンナー斜めスライス 味噌	土生姜 キャベツ,玉ねぎ,ピーマン,コーン もやし,人参,ほうれん草 りんご	米 さとう サラダ油	出汁,こいくちしょうゆ,酒,いみりん 食塩1kg 出汁
		さばのにつけ	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 21.1g	蛋白質 14.8g				
		やさいとういんなーいため	しゅがーとーすと	食パン,さとう,バター	脂質 18.7g	脂質 16.6g				
		みそしる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 217mg	カルシウム 176mg				
6	金	ろーるばん	みれーびすけつと	ミレービスケット	エネルギー 489kcal	エネルギー 392kcal	鶏肉,チーズ 玉ねぎ,ほうれん草,パセリ キャベツ,きゅうり,人参,コーン しめじ,カリフラワー,ブロッコリー	ロールパン マカロニ 白ドレッシング	ハイツホワイトソース・3kg ブイオン,こいくちしょうゆ 食塩1kg,水	
		まかににぐらたん	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 21.7g	蛋白質 17.4g				
		こーるすろーさらだ	もちつき	米,もち米,きな粉,加糖こしあん	脂質 16.4g	脂質 14g				
		はなやさいすーぶ	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 290mg	カルシウム 228mg				
7	土	ひじきちゃーはん	おたのしみ	鉄入りウエハース	エネルギー 630kcal	エネルギー 506kcal	豚ミンチ 並,ひじき,凍結全卵 豆腐,わかめ,鶏ガラスープ	玉ねぎ,青ねぎ,人参 玉ねぎ,しいたけ,はくさい,人参 バナナ	米,サラダ油 ブイオン,こいくちしょうゆ 食塩1kg こいくちしょうゆ	
		ぐだくさんすーぶ	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 32.1g	蛋白質 24.8g				
		ばなな	おたのしみ	へム鉄入りクッキー	脂質 24.6g	脂質 19.5g				
			ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 427mg	カルシウム 357mg				
9	月	むぎごはん	あんぱんまんそふとせんべい	アンパンマンのへびーせんべい	エネルギー 504kcal	エネルギー 381kcal	三元豚のロースカツ 60g 糸かつお 豆腐	ちんげん菜,人参 大根,人参,青ねぎ	米,はくばく 押麦 サラダ油 里芋	・ソース こいくちしょうゆ,みりん風調味料 こいくちしょうゆ,食塩1kg,出汁
		とんかつ	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 18.3g	蛋白質 14g				
		ちんげんさいのおひたし	いちごばぼろあ	パパロアの素,水,牛乳	脂質 13.3g	脂質 10.3g				
		けんちんじる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 256mg	カルシウム 226mg				
10	火	ちゅうかどん	ふいんがーびすけつと	ビスケット	エネルギー 498kcal	エネルギー 399kcal	豚肉,かまぼこ 玉ねぎ,はくさい,人参,国産菌床スライス ブロッコリー,人参 ほうれん草	米,サラダ油,ごま油,片栗粉 マツモ ごま油,さとう	水,化学調味料無添加ガラスープ こいくちしょうゆ,酒,水 こいくちしょうゆ 化学調味料無添加ガラスープ 食塩1kg,水	
		ぶろっこりーのちゅうかあえ	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 20.7g	蛋白質 16.9g				
		たまごすーぶ	きなことうふどーなつ	昭和ホットケーキミックス600g,キャノーラ油 豆腐,サラダ油,きび砂糖,きな粉	脂質 13.4g	脂質 10.8g				
			ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 265mg	カルシウム 224mg				
11	水	ごはん	かるしうむせんべい	カルシウム 甘醤油せんべい	エネルギー 563kcal	エネルギー 414kcal	豚肉 ライトツナフレーク わかめ,豆腐,味噌	玉ねぎ,キャベツ,赤ピーマンスライス,土生姜 にんにく いんげん,人参 人参	米 サラダ油,さとう さとう 里芋	こいくちしょうゆ,酒 こいくちしょうゆ 出汁
		すたみないため	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 26.2g	蛋白質 20.3g				
		いんげんのつなあえ	おこのみやき	ライトツナフレーク,キャベツ,あおさ粉,糸麩 青ねぎ,お好み焼き粉,出汁,ソース,マヨネーズ	脂質 17.9g	脂質 12.5g				
		みそしる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 257mg	カルシウム 283mg				
12	木	ごはん	どうぶつびすけつと	キンピス アスパラガスビスケット	エネルギー 417kcal	エネルギー 389kcal	鶏肉 のり わかめ,味噌	土生姜 小松菜,人参 玉ねぎ	米 さとう さとう 里芋	こいくちしょうゆ,料理酒 食酢1.8L こいくちしょうゆ 出汁
		とりのさっぱりに	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 17.1g	蛋白質 15.8g				
		こまつなのいそあえ	ふるーちえ	ブルーチェ,牛乳	脂質 10.7g	脂質 12.4g				
		みそしる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 127mg	カルシウム 232mg				
13	金	ごはん	みれーびすけつと	ミレービスケット	エネルギー 523kcal	エネルギー 433kcal	ホキ カルシウム&ビタミンC強化納豆 (冷)きざみあげ,味噌 パインチビット1/8タイ	しめじ,人参,えのき,冷凍しいたけスライス,青ねぎ はくさい,ほうれん草,人参	米 片栗粉,サラダ油,さとう,片栗粉 さとう ダイスポテト	食塩1kg,出汁,こいくちしょうゆ,みりん こいくちしょうゆ 出汁
		しろみざかなのきのこあんかけ	ぎゅうにゅう	牛乳	蛋白質 20g	蛋白質 15.8g				
		はくさいとなつとうのさらだ	ぼうむくーへん	カットパウム	脂質 13.1g	脂質 10.8g				
		みそしる	ぎゅうにゅう	牛乳	カルシウム 239mg	カルシウム 192mg				
	ばいんかん	ぎゅうにゅう	牛乳	食塩 1.8g	食塩 1.3g					

日	曜日	献立名	10時のオヤツ	材料	栄養価		使っている主な材料			
		昼食	3時のオヤツ	材料	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
14	土	やきそば ぐたくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 鉄入りウエハース 牛乳	エネルギー 596kcal 蛋白質 25.4g 脂質 20.7g カルシウム 380mg 食塩 1.7g	エネルギー 496kcal 蛋白質 21.7g 脂質 18.2g カルシウム 315mg 食塩 1.4g	豚肉 木綿豆腐、(冷)きざみあげ、味噌	キャベツ、人参、もやし、玉ねぎ、ピーマン はくさい、人参、干しいたけ、ほうれん草 バナナ	焼そば用蒸し麺 1kg 	焼そばソース 出汁
16	月	ごはん さかなのおこしやき きりぼしだいこんのもの みそしる ももかん	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう じゃむいりむしぱん ぎゅうにゅう	アンパンマンのへびーせんべい 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g サラダ油、豆乳、イチゴジャム 牛乳	エネルギー 528kcal 蛋白質 20.8g 脂質 12.4g カルシウム 252mg 食塩 1.6g	エネルギー 388kcal 蛋白質 15.5g 脂質 9.7g カルシウム 200mg 食塩 1.2g	さわら 焼ちくわ 味噌 味噌	 切干大根、人参、きぬさや もやし、冷凍ミリベジ 小松菜 黄桃缶	米 さとう	料理酒、塩麹 こいくちしょうゆ、みりん風調味料、酒 出汁
17	火	ごはん ぶたにくのみそいため さつまいもさらだ かきたまじる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう ちんすこう ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 小麦粉、さとう、サラダ油 牛乳	エネルギー 589kcal 蛋白質 20.6g 脂質 19.5g カルシウム 219mg 食塩 0.9g	エネルギー 449kcal 蛋白質 16.4g 脂質 13.6g カルシウム 186mg 食塩 0.6g	豚肉、味噌 味噌	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン きゅうり、人参 青ねぎ	米 サラダ油、さとう、片栗粉 マツト さつまいも、マヨネーズ 片栗粉 マツト	こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン、酒 出汁、こいくちしょうゆ、沖繩の塩
18	水	かれーらいす ひじきとえだまめのさらだ みかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゆー★ ふれんちとーすと ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 食パン、牛乳、卵、さとう、バター ホイップ、イチゴカット 牛乳	エネルギー 545kcal 蛋白質 19.8g 脂質 15.7g カルシウム 243mg 食塩 1.5g	エネルギー 429kcal 蛋白質 15.4g 脂質 12.6g カルシウム 259mg 食塩 1.3g	豚肉 ひじき	人参、玉ねぎ キャベツ、枝豆、コーン みかん	米、じゃがいも、サラダ油 白ドレッシング	とろけるカレーフレーク甘口、水
19	木	ごはん とうふいりたまごやき きゃべつのあまずあえ みそしる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう あおりんごぜりー ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 カップゼリーの素 りんご国産 天狗 ダイス 牛乳	エネルギー 564kcal 蛋白質 21.7g 脂質 18.5g カルシウム 310mg 食塩 1.6g	エネルギー 424kcal 蛋白質 16.5g 脂質 14.7g カルシウム 250mg 食塩 1.3g	木綿豆腐、凍結全卵、豚ミンチ 並 味噌	人参、冷凍しいたけスライス キャベツ、人参 冷凍ミリベジ 小松菜、大根	米 キャノーラ油、さとう さとう	食塩1kg、こいくちしょうゆ 食酢1.8L、こいくちしょうゆ 食塩1kg 出汁
20	金	ごはん とりにくとこんさいのもの かぼちゃさらだ みそしる	みれーびすけつと ぎゅうにゅう とけいびざ ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 強力粉、小麦粉、ベーキングパウダー、チーズ 豆乳、油、食塩、ケチャップ、アスパラ、コーン、ウインナー	エネルギー 761kcal 蛋白質 28.4g 脂質 25.4g カルシウム 388mg 食塩 1.9g	エネルギー 580kcal 蛋白質 22.2g 脂質 19.6g カルシウム 313mg 食塩 1.7g	鶏小間並、厚あげ 味噌	大根、レンコン、干しいたけ、人参 いんげん 南瓜、人参、枝豆 冷 刻みほうれん草、玉ねぎ	米 こんにやく、さとう、サラダ油 マヨネーズ	こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン、出汁 出汁
21	土	おやこどん ぐたくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 鉄入りウエハース 牛乳	エネルギー 621kcal 蛋白質 32g 脂質 20.4g カルシウム 343mg 食塩 1.3g	エネルギー 489kcal 蛋白質 24.6g 脂質 16.6g カルシウム 294mg 食塩 1.1g	鶏肉、卵 木綿豆腐、(冷)きざみあげ、味噌	玉ねぎ、青ねぎ 大根、ごぼう、干しいたけ、ほうれん草 バナナ	米、さとう	こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン、酒、出汁 出汁
23	月	ごはん さかなのごまだれかけ こうやどうふのもの みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう さつまいもようかん ぎゅうにゅう	アンパンマンのへびーせんべい 牛乳 さつまいも、さとう、水、粉寒天 牛乳	エネルギー 510kcal 蛋白質 22.2g 脂質 13.2g カルシウム 253mg 食塩 1.5g	エネルギー 384kcal 蛋白質 17.2g 脂質 10.1g カルシウム 198mg 食塩 1.4g	さわら 高野豆腐 味噌	人参、しいたけ、きぬさや 人参、玉ねぎ、青ねぎ	米 さとう、白いりごま さとう 里芋	酒、食塩1kg、水 こいくちしょうゆ、みりん風調味料 みりん風調味料、こいくちしょうゆ、食塩 出汁
24	火	やきうどん ぶろっこりーのりあえ とうふのすましじる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう せんべい むぎちや	ビスケット 牛乳 ぱりんこ 麦茶浸出液	エネルギー 365kcal 蛋白質 17.6g 脂質 8.3g カルシウム 66mg 食塩 1.9g	エネルギー 319kcal 蛋白質 15.5g 脂質 8.3g カルシウム 141mg 食塩 1.4g	豚肉、花かつお のり わかめ、豆腐	キャベツ、玉ねぎ、人参 ブロッコリー、人参 えのき	うどん、サラダ油 さとう	めんつゆ・創味 こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ、食塩1kg、出汁
25	水	けちやっぶらいす とりにくのてりやき ぐりーんさらだ しちゅー	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう くりすますけーき ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 スポンジケーキ、ホイップ、バナナ いちご 牛乳	エネルギー 676kcal 蛋白質 23.4g 脂質 25.4g カルシウム 227mg 食塩 2.7g	エネルギー 539kcal 蛋白質 18.2g 脂質 20g カルシウム 257mg 食塩 2.2g	オムライスシート 鶏肉 ウインナー斜めスライス、牛乳	玉ねぎ、MIX・ベジタブル スライス人参 ブロッコリー、きゅうり、カリフラワー、黄ピーマン、人参 人参、玉ねぎ、パセリ	米、サラダ油 さとう マヨネーズ じゃがいも、クリームシチューの素	コンソメJ、ケチャップ、食塩1kg こいくちしょうゆ、みりん風調味料 料理酒
26	木	そぼろどん ぐたくさんみそしる ばなな	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 鉄入りウエハース 牛乳	エネルギー 546kcal 蛋白質 21.9g 脂質 18.1g カルシウム 258mg 食塩 1g	エネルギー 430kcal 蛋白質 18g 脂質 15.4g カルシウム 264mg 食塩 0.7g	豚ミンチ 並 わかめ、豆腐、(冷)きざみあげ 味噌	玉ねぎ、人参、コーン、いんげん、土生姜 冷凍しいたけスライス、(冷)カット小松菜 バナナ	米、サラダ油、さとう	こいくちしょうゆ、酒 出汁

仕入れの都合でメニューが変更になることがあります。ご了承下さい。