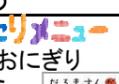




日	曜日	献立名 昼食	10時のオヤツ		材料		栄養価		使っている主な材料			
			3時のオヤツ	材料	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他		
2	月	ゆかりごはん ちくぜんに	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳	エネルギー 484kcal 蛋白質 21.3g 脂質 12.3g カルシウム 239mg 食塩 1.5g	エネルギー 412kcal 蛋白質 20g 脂質 10.9g カルシウム 208mg 食塩 1.2g	鶏肉,ちくわ  豆腐,わかめ,味噌	レンコン,ごぼう,大根,人参  キャベツ,人参 玉ねぎ	米 さとう	ゆかり 香りごはんの素 冷凍いんげん M こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒 出汁,こいくちしょうゆ		
		きゃべつのおひたし みそしる	うえはーす ぎゅうにゅう	業務用プチシュー 牛乳								
3	火	ごぼん さかなのこーんくりーむやき りんごさらだ だいこんのすーぷ ももかん	うえはーす ぎゅうにゅう	ウエハース 牛乳	エネルギー 483kcal 蛋白質 17.5g 脂質 12.3g カルシウム 212mg 食塩 1.4g	エネルギー 353kcal 蛋白質 13.3g 脂質 9.6g カルシウム 166mg 食塩 1.2g	ホキ	スイートコーンクリーム4号缶 セレクト パセリ キャベツ,人参,きゅうり,りんご 大根,しめじ,人参,もも缶	米 小麦粉,マヨネーズ  サラダ油,さとう	食塩1kg  食酢1.8L,食塩1kg ブイヨン,こいくちしょうゆ		
		にくやさいどん ぶろっこりーのごまあえ みそしる	こざかなすなっく ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳								
4	水	にくやさいどん ぶろっこりーのごまあえ みそしる	こざかなすなっく ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳	エネルギー 554kcal 蛋白質 24.1g 脂質 18g カルシウム 256mg 食塩 1.9g	エネルギー 412kcal 蛋白質 20.3g 脂質 14.6g カルシウム 202mg 食塩 1.1g	豚肉  味噌	キャベツ,グリーンアスパラ,玉ねぎ,人参 ブロッコリー,人参 もやし,えのき,青ねぎ	米,サラダ油 白すりごま,さとう	ウスターソース,食塩1kg,ブイヨン こいくちしょうゆ 出汁		
		かやくごはん わふうみーとろーふ はるさめのあえもの ほうれんそうのすましじる	ぼーろ ぎゅうにゅう	にんじんポーロ 牛乳								
5	木	かやくごはん わふうみーとろーふ はるさめのあえもの ほうれんそうのすましじる	ぼーろ ぎゅうにゅう	にんじんポーロ 牛乳	エネルギー 646kcal 蛋白質 25g 脂質 16g カルシウム 272mg 食塩 1.7g	エネルギー 462kcal 蛋白質 20.5g 脂質 14.2g カルシウム 209mg 食塩 1.3g	(冷)きざみあげ  鶏肉,凍結全卵,合わせみそ	しいたけ,人参,ごぼう たまねぎみじん切り 冷 刻みしいたけ イワタニ ダイスにんじん 5mm きゅうり,人参,コーン,法蓮草,玉ねぎ	米,こんにゃく  さとう,片栗粉,パン粉 春雨,さとう	こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒  こいくちしょうゆ 出汁,食塩1kg,こいくちしょうゆ		
		むぎごはん とりのあまずし ぽてとのまよやき みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳								
6	金	むぎごはん とりのあまずし ぽてとのまよやき みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳	エネルギー 518kcal 蛋白質 18.9g 脂質 11.1g カルシウム 213mg 食塩 1.2g	エネルギー 416kcal 蛋白質 16.3g 脂質 10.1g カルシウム 172mg 食塩 1g	鶏肉  青のり粉 (冷)きざみあげ,味噌	しめじ,人参,ピーマン,黄ピーマンスライス,玉ねぎ 土生姜  冷凍ミリベジ 小松菜	米,はくばく 押麦 さとう  じゃがいも,マヨネーズ	酒,こいくちしょうゆ,食酢1.8L 出汁  出汁		
		つなチャーはん ぐだくさんすーぷ ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳								
7	土	つなチャーはん ぐだくさんすーぷ ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳	エネルギー 401kcal 蛋白質 13.6g 脂質 13.2g カルシウム 427mg 食塩 1.6g	エネルギー 395kcal 蛋白質 14.9g 脂質 13.8g カルシウム 206mg 食塩 1.8g	ツナ缶 	たまねぎみじん切り,ダイスにんじん 5mm 青ねぎ 玉ねぎ,しめじ,ほうれん草,はくさい  バナナ	米,サラダ油	ブイヨン,こいくちしょうゆ 食塩1kg こいくちしょうゆ,ブイヨン 食塩1kg		
		9月	すぽーつのはひ									
10	火	むぎごはん くろはんぺんふらい	うえはーす ぎゅうにゅう	ウエハース 牛乳	エネルギー 551kcal 蛋白質 16.9g 脂質 12.9g カルシウム 226mg 食塩 1.6g	エネルギー 400kcal 蛋白質 12.7g 脂質 8.9g カルシウム 172mg 食塩 1.5g	黒はんぺん  ベーコン わかめ		米,はくばく 押麦 パン粉,サラダ油	結着バター玉子入り 減塩中濃ソース 食塩1kg 化学調味料無添加ガラスープ,水		
		べーこんとさといものいためもの わかめとにんじんのすーぷ	とうにゅうむしぱん	昭和ホットケーキミックス600g さとう,水,サラダ油 有機豆乳無調整 牛乳								
11	水	☆ぼうさいしよく☆ わかめごはん おでん	こざかなすなっく ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳	エネルギー 520kcal 蛋白質 15.7g 脂質 10.1g カルシウム 229mg 食塩 2.2g	エネルギー 378kcal 蛋白質 11.6g 脂質 8.3g カルシウム 186mg 食塩 1.7g			わかめごはん 尾西 ☆おでんP			
		しよくぼん みーとなす こーるすろーさらだ やさいすーぷすーぷ	ぼーろ ぎゅうにゅう	にんじんポーロ 牛乳								
12	木	しよくぼん みーとなす こーるすろーさらだ やさいすーぷすーぷ	ぼーろ ぎゅうにゅう	にんじんポーロ 牛乳	エネルギー 457kcal 蛋白質 18.4g 脂質 17.1g カルシウム 226mg 食塩 2.2g	エネルギー 403kcal 蛋白質 17.2g 脂質 14.7g カルシウム 184mg 食塩 2.2g	牛肉	玉ねぎ,(冷)ダイスキャロット,なす,ピーマン キャベツ,きゅうり,人参,コーン はくさい,玉ねぎ,ブロッコリー,パセリ キャベツ,きゅうり,人参,コーン	食パン サラダ油	ケチャップ カゴメトマトピューレ フィルム ウスターソース ブイヨン,こいくちしょうゆ,塩,水		
		きのこごはん とりにくのかれーふうみいため きゅうりのすのもの みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳								
13	金	きのこごはん とりにくのかれーふうみいため きゅうりのすのもの みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳	エネルギー 530kcal 蛋白質 22.2g 脂質 15.7g カルシウム 232mg 食塩 1.9g	エネルギー 414kcal 蛋白質 20.4g 脂質 12.8g カルシウム 189mg 食塩 1.6g	(冷)きざみあげ  鶏肉 卵 豆腐,合わせみそ	しめじ,えのき,冷凍しいたけスライス  玉ねぎ,人参,ピーマン きゅうり,人参	米	こいくちしょうゆ,酒 本みりん ミツカン こいくちしょうゆ,酒,カレー粉 食酢1.8L,こいくちしょうゆ 食塩1kg, 出汁		
		やきそば ぐだくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳								
14	土	やきそば ぐだくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳	エネルギー 531kcal 蛋白質 25.6g 脂質 15.1g カルシウム 229mg 食塩 1.3g	エネルギー 493kcal 蛋白質 24.8g 脂質 15.2g カルシウム 243mg 食塩 1.2g	豚肉,糸かつお マルトモ アマノあおさ粉 豆腐,わかめ,味噌	玉ねぎ,ピーマン,人参,キャベツ  大根,(冷)カット小松菜,人参 バナナ	焼そば,サラダ油	焼そばソース  出汁		
		むぎごはん とりにくとあつあげのもの きりぼしだいこんのごまあえ こまつなのすましじる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳								
16	月	むぎごはん とりにくとあつあげのもの きりぼしだいこんのごまあえ こまつなのすましじる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳	エネルギー 609kcal 蛋白質 28.9g 脂質 18.1g カルシウム 462mg 食塩 1g	エネルギー 502kcal 蛋白質 24.7g 脂質 15.4g カルシウム 394mg 食塩 0.9g	鶏肉,厚あげ 	ごぼう,玉ねぎ,土生姜,青ねぎ  切干大根,人参 冷凍ミリベジ 小松菜	米,はくばく 押麦 こんにゃく,さとう	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 こいくちしょうゆ,食塩1kg,出汁		
			ふるーちえ ぎゅうにゅう	フルーチェ,牛乳,デザートソースいちご 牛乳								

日	曜日	献立名 昼食	10時のオヤツ		材料		栄養価		使っている主な材料								
			3時のオヤツ		材料				赤色の食品		緑色の食品		黄色の食品		その他		
								幼児		乳児							
17	火	ごはん しろみざかなのむにえる ささみともやしのあえもの ちんげんさいのすーぷ ばなな	うえはーす ぎゅうにゅう	ウエハース 牛乳	エネルギー 563kcal 蛋白質 25.2g 脂質 13.9g カルシウム 203mg 食塩 1.5g	エネルギー 425kcal 蛋白質 23.6g 脂質 8.1g カルシウム 164mg 食塩 1.1g	ホキ ささみ	パセリ もやし、きゅうり チンゲンツァイ、玉ねぎ、パセリ バナナ	米 小麦粉、サラダ油、マヨネーズ さとう	食塩1kg、ケチャップ こいくちしょうゆ 食塩1kg、ブイヨン							
18	水	たにんどん なむる みそしる	ごさかなすなつく ぎゅうにゅう おふらすく ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳 麩、バター、さとう 牛乳	エネルギー 523kcal 蛋白質 26.9g 脂質 17.1g カルシウム 245mg 食塩 1.7g	エネルギー 438kcal 蛋白質 24.2g 脂質 14.5g カルシウム 204mg 食塩 1.3g	豚肉、かまぼこ、卵  豆腐、わかめ、味噌	玉ねぎ、青ねぎ ほうれん草、えのき、人参	米 ごま油、さとう 里芋	こいくちしょうゆ、みりん風調味料 酒 こいくちしょうゆ 出汁							
19	木	さつまいもごはん みーとぼーるあまずあん きゃべつのつななえ みそしる	ぼーろ ぎゅうにゅう とうふどーなつ ぎゅうにゅう	にんじんボーロ 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g 豆腐、水、さとう、サラダ油 牛乳	エネルギー 609kcal 蛋白質 20.9g 脂質 16.2g カルシウム 296mg 食塩 1.4g	エネルギー 433kcal 蛋白質 15.5g 脂質 11.2g カルシウム 233mg 食塩 1.2g	肉団子 ツナ缶 (冷)きざみあげ、味噌	玉ねぎ、人参、タケノコ 水煮1.8k、しいたけ キャベツ、人参 大根	米、さつま芋、黒いりごま サラダ油、さとう、片栗粉 さとう	食塩1kg 食酢1.8L、こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 出汁							
20	金	ろーるばん すばにっしゅおむれつ すばそてー かぼちゃのしちゅー	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう  だるまさんおにぎり ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 米、コーン、たまねぎみじん切り サラダ油、ケチャップ、食塩1kg 焼のり 牛乳	エネルギー 638kcal 蛋白質 28.4g 脂質 23.3g カルシウム 287mg 食塩 2.9g	エネルギー 523kcal 蛋白質 26.8g 脂質 21.9g カルシウム 227mg 食塩 2.3g	卵、ツナ缶、スライスチーズ 20g 鶏肉、牛乳	MIX・ベジタブル、パセリ いんげん、人参、玉ねぎ、しめじ 南瓜、ブロッコリー、玉ねぎ	ロールパン ダイスポテ スパゲティ、サラダ油 クリームシチューの素	食塩5kg、ケチャップ ブイヨン、こいくちしょうゆ							
21	土	まーぼーどん ぐだくさんすーぷ 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 のりわかめせんべい 牛乳	エネルギー 553kcal 蛋白質 21.6g 脂質 19.9g カルシウム 700mg 食塩 1g	エネルギー 469kcal 蛋白質 21.6g 脂質 16g カルシウム 211mg 食塩 0.6g	豆腐、豚ミンチ 並、味噌 わかめ、鶏ガラスープ	白ねぎ、にんにく、土生姜 玉ねぎ、しいたけ、もやし、人参 バナナ	米、サラダ油、さとう、片栗粉 ごま油	こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ							
23	月	むぎごはん ぶたのしょうがやき なすのごまに かきたまじる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ももゼリー ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳 白桃シラップ漬・4号缶、水 クールゼリーの素 牛乳	エネルギー 564kcal 蛋白質 22.8g 脂質 16.4g カルシウム 246mg 食塩 1.3g	エネルギー 464kcal 蛋白質 20.1g 脂質 13.6g カルシウム 220mg 食塩 1.1g	豚肉 味噌 卵 	玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、人参、土生姜 なす、ピーマン 玉ねぎ、青ねぎ	米、はくばく 押麦 さとう、サラダ油 白いりごま、さとう、サラダ油 片栗粉 マツト	こいくちしょうゆ、酒 酒、こいくちしょうゆ 出汁、こいくちしょうゆ、食塩1kg 水							
24	火	ごはん さわらのきのこあんかけ はくさいのおひたし みそしる りんご	うえはーす ぎゅうにゅう おこのみやき ぎゅうにゅう	ウエハース 牛乳 豚肉、冷凍ちくわハーフ25 キャベツ、青ねぎ、お好み焼き粉 出汁、お好み焼ソース、マヨネーズ、あおさ粉、	エネルギー 540kcal 蛋白質 25.8g 脂質 14.1g カルシウム 239mg 食塩 2g	エネルギー 452kcal 蛋白質 22.8g 脂質 13.3g カルシウム 197mg 食塩 1.5g	さわら 花かつお 豆腐、味噌	しめじ、えのき、人参 はくさい、ほうれん草、人参 玉ねぎ、冷凍キヌサヤスライス りんご	米 小麦粉、サラダ油、片栗粉	食塩1kg、こいくちしょうゆ みりん風調味料 出汁、こいくちしょうゆ、みりん 出汁							
25	水	さんしょくどん きりこんぶに ふのすましじる	ごさかなすなつく ぎゅうにゅう おせんべい ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳 星たべよ 牛乳	エネルギー 521kcal 蛋白質 21.5g 脂質 16.4g カルシウム 254mg 食塩 1.5g	エネルギー 417kcal 蛋白質 18.5g 脂質 15.5g カルシウム 202mg 食塩 1.3g	卵、鶏肉 乾・青切こんぶ	ほうれん草 人参、冷凍しいたけスライス、いんげん	米、さとう、さとう さとう	こいくちしょうゆ、酒 みりん風調味料、こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン、出汁 こいくちしょうゆ、食塩1kg、出汁							
26	木	ごもくやさいらーめん ちくわのあまからいため おれんじ	ぼーろ ぎゅうにゅう すいーとぽてと ぎゅうにゅう	にんじんボーロ 牛乳 さつま芋、さとう、バター、牛乳 牛乳	エネルギー 533kcal 蛋白質 23.6g 脂質 14.3g カルシウム 243mg 食塩 1.3g	エネルギー 394kcal 蛋白質 19g 脂質 10.7g カルシウム 186mg 食塩 1g	豚肉 冷凍ちくわハーフ25、青のり粉	はくさい、もやし、人参 冷凍しいたけスライス、青ねぎ 人参 オレンジ	ラーメン サラダ油	塩ラーメンスープ、水 こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン							
27	金	ごはん ちーずはんぱーぐ だいずさらだ くりーむすーぷ にくいためどん	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ おたんじょうびけーき ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g 牛乳、ヨーグルト、さとう、ホイップ、栗	エネルギー 718kcal 蛋白質 27g 脂質 28.9g カルシウム 292mg 食塩 1.8g	エネルギー 521kcal 蛋白質 20.4g 脂質 20.6g カルシウム 239mg 食塩 1.5g	牛豚ミンチ、卵 スライスチーズ 20g 大豆 ウインナー斜めスライス、牛乳	たまねぎみじん切り キャベツ、きゅうり、人参 人参、玉ねぎ、パセリ	米 パン粉、さとう マヨネーズ ブイヨン、水	食塩1kg、とんかつソース ケチャップ ブイヨン、水							
28	土	ぐだくさんみそしる 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 みかん缶 4号缶 牛乳	エネルギー 503kcal 蛋白質 21.2g 脂質 15.8g カルシウム 704mg 食塩 0.9g	エネルギー 448kcal 蛋白質 20.2g 脂質 12.4g カルシウム 230mg 食塩 0.7g	豚肉 豆腐、味噌 	キャベツ、玉ねぎ、人参、土生姜 大根、ごぼう、(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 本みりん ミツカン 出汁							
30	月	ごはん しろみざかなのいそべあげ いんげんのごまあえ みそしる みかんかん	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ばぼろあ ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳 パパロア、森永牛乳・1L、水 牛乳	エネルギー 509kcal 蛋白質 21.5g 脂質 13.8g カルシウム 314mg 食塩 1.1g	エネルギー 391kcal 蛋白質 17.5g 脂質 10.8g カルシウム 264mg 食塩 1.1g	ホキ、青のり粉 豆腐、味噌	いんげん、人参 冷凍ミリベジ 小松菜、青ねぎ みかん缶 4号缶	米 小麦粉、サラダ油 ごま、さとう	水、食塩1kg こいくちしょうゆ 出汁							
31	火	おぼけかれー かりぶろさらだ ばななよーぐると	うえはーす ぎゅうにゅう かぼちゃすこーん ぎゅうにゅう	ウエハース 牛乳 南瓜 昭和ホットケーキミックス600g 牛乳、バター	エネルギー 651kcal 蛋白質 24.2g 脂質 21.4g カルシウム 292mg 食塩 1.9g	エネルギー 503kcal 蛋白質 20.5g 脂質 15.9g カルシウム 232mg 食塩 1.5g	鶏肉 ツナ缶 ヨーグルト	人参、玉ねぎ ブロッコリー、カリフラワー、星型人参 バナナ	米、じゃがいも、サラダ油 カレールー マヨネーズ さとう								

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。