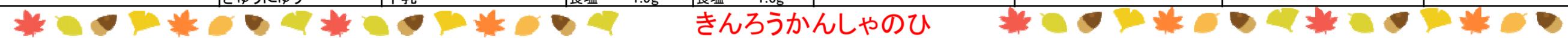
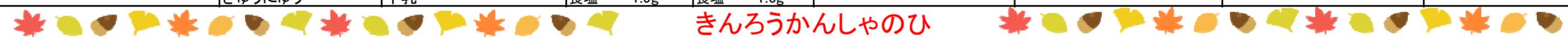




日曜日	献立名	10時おやつ	材料	栄養価		使っている主な材料			
				幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
1 水	ごはん ぶたにくのちゅうかいため もやしのなむる ねぎとしめじのすーぷ	こぎかなすなっく ぎゅうにゅう ぶちけーき ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳	エネルギー 511kcal たんぱく質 20.6g 脂質 15.8g カルシウム 206mg 食塩 1.7g	エネルギー 433kcal たんぱく質 16.9g 脂質 13.2g カルシウム 165mg 食塩 1.7g	豚肉	ピーマン,はくさい,人参,玉ねぎ 冷凍しいたけスライス,土生姜 もやし,人参 白ねぎ,玉ねぎ,しめじ	米 サラダ油,片栗粉 マツト,ごま油 ごま油,さとう	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,食酢1.8L 化学調味料無添加ガラスープ,水
2 木	むぎごはん とりにくのまーまれーどやき ぼてとさらだ やさいすーぷ	ぼーろ ぎゅうにゅう ふるーつぽんち ぎゅうにゅう	にんじんポーロ 牛乳 みかん,パインチビット1/8タイ ぶどうゼリーの素,さとう,レモン 牛乳	エネルギー 530kcal たんぱく質 19.3g 脂質 17g カルシウム 184mg 食塩 1.4g	エネルギー 398kcal たんぱく質 13.8g 脂質 12.3g カルシウム 148mg 食塩 1.3g	鶏肉	きゅうり,人参 人参,キャベツ,コーン	米,はくばく 押麦 アヲハタ55オレンジマーレード ダイスポテト,マヨネーズ	こいくちしょうゆ ブイオン,食塩1kg,水
3 金	ぶんかのひ								
4 土	やきとりどん 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 カルテツ やさいラムネ 牛乳	エネルギー 577kcal たんぱく質 22.6g 脂質 11.5g カルシウム 829mg 食塩 1g	エネルギー 464kcal たんぱく質 23.4g 脂質 12.5g カルシウム 318mg 食塩 1g	鶏肉 わかめ,豆腐,味噌	白ねぎ,キャベツ,人参,土生姜 ごぼう,干しいたけ,青菜,人参 バナナ	米,サラダ油,さとう	本みりん ミツカン こいくちしょうゆ 出汁
6 月	むぎごはん ちきんかつ ひじきさらだ みそしる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ここあけーき ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g バンホーテンココア,さとう サラダ油,豆乳	エネルギー 612kcal たんぱく質 20g 脂質 21.5g カルシウム 250mg 食塩 2g	エネルギー 422kcal たんぱく質 14.7g 脂質 12.2g カルシウム 237mg 食塩 1.4g	おそうざいチキンカツ55g ひじき (冷)きざみあげ,わかめ,味噌	きゅうり,人参,コーン 玉ねぎ	米,はくばく 押麦 サラダ油 さとう,ダイスポテト,マヨネーズ	とんかつソース こいくちしょうゆ,出汁 出汁
7 火	ごはん さばのみそに はむとやさいのそてー にゅうめん ももかん	びすけつと ぎゅうにゅう たいやき ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 ミニたいやき 牛乳	エネルギー 531kcal たんぱく質 21.1g 脂質 15.4g カルシウム 188mg 食塩 1.8g	エネルギー 479kcal たんぱく質 15.8g 脂質 16.7g カルシウム 152mg 食塩 1.5g	さば骨なし60g,味噌 刻みハム かまぼこ	土生姜 赤ピーマンスライス,玉ねぎ,キャベツ 青ねぎ,黄桃缶	米 さとう サラダ油 そうめん	こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒 食塩1kg 出汁,食塩1kg,こいくちしょうゆ
8 水	しょくぱん ぼーくびーんず かいそうさらだ ちんげんさいすーぷ	こぎかなすなっく ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳 米,鉄入りふりかけ 牛乳	エネルギー 542kcal たんぱく質 27.7g 脂質 17.8g カルシウム 266mg 食塩 1.9g	エネルギー 533kcal たんぱく質 29g 脂質 18.7g カルシウム 253mg 食塩 1.9g	豚肉,大豆 海藻サラダ	玉ねぎ,人参,しめじ,ダイストマト・2号缶 パセリ 大根,コーン チンゲンツァイ,人参	食パン ダイスポテト,サラダ油,さとう ごま醤油トレッシング	コンソメJ,水,ケチャップ こいくちしょうゆ ブイオン,水
9 木	まーぼーどん きゃべつのおえもの もずくすーぷ	ぼーろ ぎゅうにゅう つなまよびざ ぎゅうにゅう	にんじんポーロ 牛乳 ギョウザ皮,たまねぎみじん切り コーン,マヨネーズ,チーズ 牛乳	エネルギー 569kcal たんぱく質 23.9g 脂質 20g カルシウム 260mg 食塩 1.6g	エネルギー 398kcal たんぱく質 15.4g 脂質 12.5g カルシウム 211mg 食塩 1.5g	豆腐,豚ミンチ 並 もずく	たまねぎみじん切り,(冷)ダイスカボチ,青ねぎ キャベツ,しめじ,人参 えのき	米,サラダ油 さとう	水 CookDo 甘口麻婆豆腐用1Lボトル 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
10 金	ごはん とりのしおこうじやき だいがくかぼちゃ みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう かんてんみるくぷりん ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 ミルクプリン,牛乳,湯 牛乳	エネルギー 510kcal たんぱく質 21.7g 脂質 17.7g カルシウム 252mg 食塩 1.3g	エネルギー 405kcal たんぱく質 16g 脂質 13.6g カルシウム 197mg 食塩 1g	鶏肉 味噌	南瓜 冷凍ミリベジ 小松菜,人参	米 サラダ油,さとう,黒ごま150g	酒,塩麴 こいくちしょうゆ 出汁
11 土	やきうどん 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 カルテツ やさいラムネ 牛乳	エネルギー 529kcal たんぱく質 24.8g 脂質 13.8g カルシウム 240mg 食塩 1.7g	エネルギー 438kcal たんぱく質 20.3g 脂質 12.5g カルシウム 305mg 食塩 1.9g	豚肉,糸かつお 豆腐,わかめ	ピーマン,キャベツ,玉ねぎ,人参 玉ねぎ,もやし,人参,しいたけ,コーン バナナ	うどん,サラダ油	めんつゆ・創味,食塩1kg ブイオン
13 月	おやこどん きんぴらごぼう みそしる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ういんなーむしばん ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g サラダ油,豆乳,水 ウィンナー斜めスライス,牛乳	エネルギー 605kcal たんぱく質 26.2g 脂質 19.8g カルシウム 268mg 食塩 1.8g	エネルギー 459kcal たんぱく質 22.1g 脂質 14.6g カルシウム 231mg 食塩 1.2g	鶏肉,凍結全卵 ミニさつま揚げスライス (冷)きざみあげ,わかめ,味噌	冷凍しいたけスライス,玉ねぎ,青ねぎ ごぼう,人参 えのき	米,さとう サラダ油,さとう,白いりごま	こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン,酒,出汁 出汁,こいくちしょうゆ,酒 出汁
14 火	ごはん にくどうふ こまつなのおひたし みそしる	びすけつと ぎゅうにゅう おれんじゼリー ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 ゼリー オレンジ,水,みかん 牛乳	エネルギー 511kcal たんぱく質 21.3g 脂質 12.3g カルシウム 323mg 食塩 1.1g	エネルギー 492kcal たんぱく質 22.3g 脂質 15.2g カルシウム 361mg 食塩 0.8g	豚肉,豆腐 糸かつお 味噌	はくさい,白ねぎ,人参 小松菜,人参 しめじ	米 こんにやく・糸,さとう じゃがいも	出汁,こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン,酒 こいくちしょうゆ,本みりん 出汁
15 水	すばげていなぼりたん いんげんのごままよあえ はくさいのすーぷ かき	こぎかなすなっく ぎゅうにゅう さつまいもとりんごのけーき ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g 牛乳,卵,スキムミルク,りんご さつま芋,バター,牛乳	エネルギー 527kcal たんぱく質 18.3g 脂質 15.4g カルシウム 332mg 食塩 2.3g	エネルギー 352kcal たんぱく質 13g 脂質 11.9g カルシウム 252mg 食塩 1.8g	ベーコン	玉ねぎ,ピーマン,人参 いんげん,人参 はくさい,冷凍しいたけスライス 柿	スパゲティ,サラダ油 マヨネーズ,ごま,さとう	ブイオン,食塩1kg,ケチャップ こいくちしょうゆ 食塩1kg,ブイオン

日曜日	献立名	10時おやつ		材料		栄養価		使っている主な材料			
		昼食	3時のおやつ	材料	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他	
16木	ごはん しろみぎかなのかれーむにえる ほうれんそうとたまごのそてー おにおんすーぷ ばいんかん	ほーろ ぎゅうにゅう じゃむさんど ぎゅうにゅう	にんじんポーク 牛乳 食パン,いちごジャム 牛乳	エネルギー 548kcal 蛋白質 24g 脂質 12.4g カルシウム 245mg 食塩 2.2g	エネルギー 407kcal 蛋白質 19.8g 脂質 10.4g カルシウム 200mg 食塩 1.8g	たら 凍結全卵	ほうれん草,人参 玉ねぎ,コーン,パセリ サニーサイドパインチビット	米 小麦粉,サラダ油,バター サラダ油	カレー粉,食塩1kg 食塩1kg 食塩1kg,ブイオン		
17金	むぎごはん とりにくのからあげ きゃべつのゆかりあえ みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう すずかすてら ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 鈴木ステラ 牛乳	エネルギー 480kcal 蛋白質 17g 脂質 13.7g カルシウム 210mg 食塩 1.6g	エネルギー 409kcal 蛋白質 15.5g 脂質 12.5g カルシウム 234mg 食塩 0.9g	やわらか鶏もも唐揚げ 豆腐,味噌	キャベツ,人参 もやし,青ねぎ	米,はくばく 押麦 さとう	ゆかり,こいくちしょうゆ 出汁		
18土	びらふ 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	カルテツ やさいラムネ 牛乳 カルテツ やさいラムネ 牛乳	エネルギー 468kcal 蛋白質 13.9g 脂質 11.1g カルシウム 515mg 食塩 1.4g	エネルギー 290kcal 蛋白質 9.3g 脂質 5.4g カルシウム 185mg 食塩 1.7g	ウィンナー斜めスライス	玉ねぎ,コーン,人参,ピーマン 玉ねぎ,干しいたけ 冷凍ミリベジ 小松菜,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 ブイオン,こいくちしょうゆ		
20月	かやくうどん ちくわのいそべあげ こまつなのかにあえ	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳 米,鉄入りふりかけ 牛乳	エネルギー 531kcal 蛋白質 22.5g 脂質 13.8g カルシウム 331mg 食塩 2.5g	エネルギー 445kcal 蛋白質 20.2g 脂質 11.5g カルシウム 281mg 食塩 2.1g	うすあげ,かまぼこ,鶏肉 ちくわ,卵,青のり粉 かに風味淡雪	しめじ,大根,人参,青ねぎ 小松菜,人参	うどん 小麦粉,サラダ油 さとう	出汁,めんつゆ・創味 こいくちしょうゆ		
21火	むぎごはん さけのちゃんちゃんやきふう さつまいものあまに ぐだくさんしる みかん	びすけつと ぎゅうにゅう しっとりまんじゅう ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 しっとりまんじゅう 牛乳	エネルギー 539kcal 蛋白質 21.2g 脂質 9.2g カルシウム 239mg 食塩 1.2g	エネルギー 423kcal 蛋白質 16.9g 脂質 8g カルシウム 184mg 食塩 1.1g	鮭,味噌	キャベツ,玉ねぎ,人参,ピーマン 冷凍しいたけスライス 冷 刻みほうれん草 みかん	米,はくばく 押麦 さとう,バター さつま芋,さとう 麩	酒,本みりん ミツカン こいくちしょうゆ 食塩1kg 出汁,こいくちしょうゆ,食塩1kg		
22水	はやしらいす ちきんなげつと はるさめさらだ	こぎかなすなっく ぎゅうにゅう よーぐるとけーき ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g バター,ヨーグルト,さとう 牛乳	エネルギー 667kcal 蛋白質 21.8g 脂質 24.3g カルシウム 237mg 食塩 1.9g	エネルギー 464kcal 蛋白質 15.1g 脂質 15g カルシウム 166mg 食塩 1.6g	豚肉 チキンナゲット	人参,マッシュルーム,玉ねぎ,セレクト パセリ 人参,きゅうり	米,サラダ油,ハヤシルウ 国産春雨ロング,サラダ油,さとう ごま油	ケチャップ 食酢1.8L,こいくちしょうゆ		
23木	 きんろうかんしゃのひ 										
24金	ごはん めんちかつ まかろにさらだ みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう やきいも ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 さつま芋 牛乳	エネルギー 518kcal 蛋白質 16.9g 脂質 11.9g カルシウム 214mg 食塩 1.5g	エネルギー 374kcal 蛋白質 12.4g 脂質 9.4g カルシウム 160mg 食塩 1.1g	ごちそうメンチ45G 味噌	きゅうり,人参,コーン 玉ねぎ,南瓜,青ねぎ	米 サラダ油 マカロニ,マヨネーズ	ケチャップ 出汁		
25土	ぶたどん 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	カルテツ やさいラムネ 牛乳 カルテツ いわしおかき 牛乳	エネルギー 480kcal 蛋白質 22.5g 脂質 14.5g カルシウム 278mg 食塩 0.8g	エネルギー 608kcal 蛋白質 59.4g 脂質 14.3g カルシウム 339mg 食塩 2.5g	豚肉 豆腐,(冷)きざみあげ 分離大豆たんぱく,味噌	玉ねぎ,青ねぎ はくさい,人参,ほうれん草 バナナ	米,こんにやく,さとう	酒,こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン,酒,出汁 出汁		
27月	ごはん しろみぎかなのねぎまよやき かぼちゃのもの みそしる りんご	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう りんごどーなつ ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット 牛乳 リングドーナツ カルシウム入りプレーン 牛乳	エネルギー 568kcal 蛋白質 19.9g 脂質 19.5g カルシウム 403mg 食塩 1.5g	エネルギー 444kcal 蛋白質 15.3g 脂質 15.2g カルシウム 313mg 食塩 1.1g	さわら 味噌	白ねぎ 南瓜,冷凍キヌサヤスライス 玉ねぎ,冷凍ミリベジ 小松菜 りんご	米 マヨネーズ さとう,片栗粉	酒,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 出汁		
28火	ごはん やながわふうに つなさらだ みそしる	びすけつと ぎゅうにゅう ぴーちよーぐると ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 ヨーグルト,さとう,黄桃缶 牛乳	エネルギー 607kcal 蛋白質 29.3g 脂質 21.6g カルシウム 289mg 食塩 1.5g	エネルギー 575kcal 蛋白質 30.3g 脂質 24.4g カルシウム 243mg 食塩 1.4g	豚肉,卵 ツナ缶 わかめ,味噌	ごぼう,冷凍しいたけスライス,玉ねぎ,人参 青ねぎ ブロッコリー,人参	米 サラダ油,さとう マヨネーズ 里芋	出汁,こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン,酒 出汁		
29水	ろーるばん とりにくのびざやき じゃーまんぼてと だいこんのこんそめすーぷ	こぎかなすなっく ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ ぷりんあーもーど ぎゅうにゅう	小魚スナック 牛乳 やわらかプリンの素,牛乳,湯 みかん缶 4号缶,キウイ,ホイップ,牛乳	エネルギー 503kcal 蛋白質 21.6g 脂質 20.5g カルシウム 257mg 食塩 1.8g	エネルギー 316kcal 蛋白質 14.8g 脂質 13.1g カルシウム 179mg 食塩 1.4g	鶏肉,チーズ 刻みハム	玉ねぎ,コーン,パセリ 玉ねぎ,セレクト パセリ 大根,人参,冷凍しいたけスライス	ロールパン じゃがいも,サラダ油	食塩1kg,ケチャップ 食塩1kg ブイオン,こいくちしょうゆ 食塩1kg,水		
30木	むぎごはん あつあげのぶたみそかけ ほうれんそうのなつとうあえ もやしのすましじる	ほーろ ぎゅうにゅう あずきむしぼん ぎゅうにゅう	にんじんポーク 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g サラダ油,豆乳,水,加糖こしあん 牛乳	エネルギー 651kcal 蛋白質 29.5g 脂質 24.7g カルシウム 470mg 食塩 1.4g	エネルギー 496kcal 蛋白質 23.5g 脂質 19g カルシウム 434mg 食塩 1g	厚あげ,豚ミンチ 並 業務用赤だし カルシウム&ビタミンC強化納豆	たまねぎみじん切り,ダイスにんじん 5mm 青ねぎ ほうれん草,人参 もやし,えのき,青ねぎ	米,はくばく 押麦 さとう,片栗粉 マツモト	出汁,こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン 本みりん ミツカン,酒,出汁 出汁,こいくちしょうゆ,食塩1kg		

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。