

乳幼児

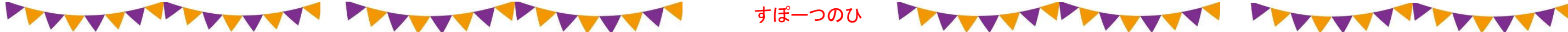
2024年10月



給食予定献立表



西貝保育園

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 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	火	ごはん ぶたとだいこんのもの なっとうあえ みそしる	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう ばばろあ ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 ババロアの素、水、牛乳 牛乳	エネルギー 556kcal 蛋白質 27.1g 脂質 16.8g カルシウム 318mg 食塩 1.3g	エネルギー 444kcal 蛋白質 22.6g 脂質 13.9g カルシウム 265mg 食塩 1.1g	豚肉 ★納豆、花かつお (冷)きざみあげ、味噌	大根、人参、しいたけ 冷 刻みほうれん草、キャベツ しめじ、青ねぎ	米 サラダ油、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 出汁
2	水	かやくごはん とりにくのかれーふうみいため わふうまかるにさらだ ほうれんそうのすましじる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう おふらすく ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醬油せんべい 牛乳 麩、バター、さとう 牛乳	エネルギー 466kcal 蛋白質 22g 脂質 11.9g カルシウム 233mg 食塩 0.9g	エネルギー 367kcal 蛋白質 17.5g 脂質 10.2g カルシウム 259mg 食塩 0.9g	(冷)きざみあげ 鶏肉 シーチキンフレーク	しいたけ、人参、ごぼう たまねぎ、人参、ピーマン きゅうり、人参 冷 刻みほうれん草、たまねぎ	米、こんにゃく さとう、サラダ油 マカロニ・1Kg、さとう、ごま油、白ごま	こいくちしょうゆ、みりん風調味料、酒 こいくちしょうゆ、酒、カレー粉 こいくちしょうゆ 出汁、食塩1kg、こいくちしょうゆ
3	木	ごはん さかなのこーんくりーむやき りんごさらだ みそしる ももかん	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう ぼてとたこやきふう ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 じゃがいも、キャベツ、青ねぎ、ちりめん 片栗粉、小麦粉、水、油、ソース、青のり粉 牛乳	エネルギー 512kcal 蛋白質 19.9g 脂質 13.7g カルシウム 239mg 食塩 1.8g	エネルギー 374kcal 蛋白質 15.1g 脂質 10g カルシウム 195mg 食塩 1.3g	ホキ  味噌	コーンクリーム缶、パセリ キャベツ、人参、きゅうり、りんご 大根、しめじ、人参 黄桃缶	米 小麦粉、マヨネーズ サラダ油、さとう	食塩1kg 酢、食塩1kg 出汁
4	金	きのこごはん まつかぜやき きゅうりのすのもの とうふのすましじる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ふる一つぜりー ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 みかん缶、パイ缶、カルピス、水 カンテンクック 牛乳	エネルギー 547kcal 蛋白質 23.4g 脂質 16g カルシウム 243mg 食塩 1.7g	エネルギー 443kcal 蛋白質 18.6g 脂質 13.9g カルシウム 200mg 食塩 1.3g	(冷)きざみあげ 鶏肉、卵、味噌 錦糸卵 豆腐	しめじ、えのき、冷凍しいたけスライス たまねぎ、人参、グリーンピース きゅうり、人参 青ねぎ	米 パン粉、さとう、サラダ油、白ごま さとう	こいくちしょうゆ、酒、本みりん こいくちしょうゆ、みりん風調味料 酢、こいくちしょうゆ、食塩1kg 出汁、食塩1kg、こいくちしょうゆ
5	土	にくいためどん 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 カルシウム&テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 583kcal 蛋白質 27.3g 脂質 17.7g カルシウム 718mg 食塩 1g	エネルギー 501kcal 蛋白質 31g 脂質 14.4g カルシウム 595mg 食塩 0.9g	豚 ウデスライス・1kg 豆腐、味噌	キャベツ、たまねぎ、人参、土生姜 大根、ごぼう、小松菜、しいたけ バナナ	米、サラダ油、さとう	こいくちしょうゆ、本みりん 出汁
7	月	ゆかりごはん ちくぜんに きゃべつのいそあえ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ぶちしゅーくりーむ ぎゅうにゅう	アンパンマンのへびーせんべい 牛乳 業務用プチシュー 牛乳	エネルギー 485kcal 蛋白質 22g 脂質 12.4g カルシウム 245mg 食塩 1.5g	エネルギー 356kcal 蛋白質 17.2g 脂質 9.3g カルシウム 188mg 食塩 1.1g	鶏肉、ちくわ のり 豆腐、わかめ、味噌	レンコン、ごぼう、大根、人参 キャベツ、人参 たまねぎ	米 さとう 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 こいくちしょうゆ 出汁
8	火	ごはん ぶたとあつあげいため きりぼしだいこんさらだ みそしる	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう さつまいもむしぱん 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 さつま芋、豆乳、さとう、サラダ油 牛乳	エネルギー 511kcal 蛋白質 20.6g 脂質 13.1g カルシウム 331mg 食塩 1.3g	エネルギー 408kcal 蛋白質 17.6g 脂質 10.9g カルシウム 266mg 食塩 1.1g	豚肉、厚あげ 味噌	人参、しめじ、いんげん 切干大根、人参、きゅうり はくさい、冷凍ミリベジ 小松菜、青ねぎ	米 キャノーラ油、さとう さとう	こいくちしょうゆ、出汁 酢、こいくちしょうゆ、食塩1kg 出汁
9	水	おやこどん ぶろっこりーのごまあえ みそしる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう いちごぷりん ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醬油せんべい 牛乳 やわらかいちごプリン の素 、水 牛乳 牛乳	エネルギー 572kcal 蛋白質 24.9g 脂質 18.4g カルシウム 296mg 食塩 1.6g	エネルギー 435kcal 蛋白質 19.9g 脂質 15.3g カルシウム 311mg 食塩 1.4g	鶏肉、卵 (冷)きざみあげ、味噌	たまねぎ、青ねぎ ブロッコリー、人参 大根、青ねぎ	米、さとう 白ごま、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
10	木	しょくばん すばにっしゅおむれつ ペーこんいりさらだ やさいすーぷ	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 米、鉄入りふりかけ鮭 焼のり 青印 10枚入 牛乳	エネルギー 513kcal 蛋白質 20.8g 脂質 22.5g カルシウム 233mg 食塩 2.6g	エネルギー 438kcal 蛋白質 18.4g 脂質 18.6g カルシウム 195mg 食塩 2.3g	卵、ツナ缶 ベーコン 	人参、パセリ キャベツ、人参 はくさい、たまねぎ、ブロッコリー、パセリ	食パン ダイスポテト、サラダ油 マヨネーズ、さとう	塩こしょう、ケチャップ 酢、こいくちしょうゆ ブイヨン、こいくちしょうゆ 食塩1kg、水
11	金	むぎごはん とりのあまずしに ぼてとのまよやき みそしる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ぼばいけーき ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g、豆乳 冷刻みほうれん草、ベーコン、サラダ油 牛乳	エネルギー 526kcal 蛋白質 22.6g 脂質 15.4g カルシウム 245mg 食塩 1.2g	エネルギー 411kcal 蛋白質 17.8g 脂質 12.8g カルシウム 198mg 食塩 1g	鶏肉 青のり粉 豆腐、(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 たまねぎ、土生姜 冷凍ミリベジ 小松菜	米、押麦 さとう じゃがいも、マヨネーズ	酒、こいくちしょうゆ、酢、出汁 出汁
12	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 カルシウム&テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 570kcal 蛋白質 23.5g 脂質 19.7g カルシウム 706mg 食塩 1.3g	エネルギー 538kcal 蛋白質 24g 脂質 21g カルシウム 581mg 食塩 1.2g	豆腐、豚ミンチ 並、味噌 わかめ	白ねぎ、にんにく、土生姜 たまねぎ、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 鶏ガラスープ、こいくちしょうゆ
14	月	 すぽーつのひ 								
15	火	むぎごはん くろはんぺんふらい ペーこんときといものいためもの みそしる	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう ばななけーき 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 バナナ、さとう、牛乳、サラダ油 牛乳	エネルギー 515kcal 蛋白質 16.6g 脂質 11.2g カルシウム 229mg 食塩 1.8g	エネルギー 369kcal 蛋白質 12.6g 脂質 8.1g カルシウム 186mg 食塩 1.4g	黒はんぺん ベーコン わかめ、味噌	 いんげん 大根、人参	米、押麦 パン粉、キャノーラ油 里芋、サラダ油	結着バター玉子入り 減塩中濃ソース 食塩1kg、ブイヨン 出汁

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 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	水	ちゅうかどん	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 479kcal	エネルギー 377kcal	豚肉,かまぼこ	たまねぎ,はくさい,人参,椎茸	米,キャノーラ油,ごま油,片栗粉	水,鶏ガラスープ
		しゅうまい わかめすーぶ	ぎゅうにゅう ふるーちえ ぎゅうにゅう	牛乳 フルーチェベース,牛乳 牛乳	蛋白質 19.1g 脂質 14.3g カルシウム 260mg 食塩 2g	蛋白質 16.9g 脂質 11.3g カルシウム 272mg 食塩 1.9g	シュウマイ 16g わかめ	たまねぎ	白ごま	こいくちしょうゆ,酒,水 鶏ガラスープ,うすくちしょうゆ
17	木	さつまいもごはん みーとぼーるけちやっぷに	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳	エネルギー 553kcal 蛋白質 20.1g 脂質 16.2g カルシウム 283mg 食塩 1.4g	エネルギー 428kcal 蛋白質 15.7g 脂質 13.9g カルシウム 231mg 食塩 1.2g	肉団子 ツナ缶 (冷)きざみあげ,味噌	たまねぎ,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	食塩1kg ケチャップ,ウスターソース こいくちしょうゆ 出汁
		きゃべつのつななえ みそしる	ぎゅうにゅう	ミレービスケット 昭和ホットケーキミックス600g,ヨーグルト スキムミルク,さとう,サラダ油 牛乳	エネルギー 614kcal 蛋白質 24g 脂質 21g カルシウム 377mg 食塩 3.7g	エネルギー 476kcal 蛋白質 18.8g 脂質 17.4g カルシウム 297mg 食塩 3g	板のり・2g,フランクフルト35g,ちくわ 厚焼玉子焼 わかめ,味噌	きゅうり 冷 刻みほうれん草,人参 たまねぎ	米 白ごま,さとう 里芋	ゆかり 香りごはんの素 こいくちしょうゆ 出汁
18	金	とんぼごはん あつやきたまご ほうれんそうのごまあえ みそしる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳	エネルギー 614kcal 蛋白質 24g 脂質 21g カルシウム 377mg 食塩 3.7g	エネルギー 476kcal 蛋白質 18.8g 脂質 17.4g カルシウム 297mg 食塩 3g	板のり・2g,フランクフルト35g,ちくわ 厚焼玉子焼 わかめ,味噌	きゅうり 冷 刻みほうれん草,人参 たまねぎ	米 白ごま,さとう 里芋	ゆかり 香りごはんの素 こいくちしょうゆ 出汁
		つなチャーはん ぐだくさんすーぶ 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 カルシウム & テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 425kcal 蛋白質 14.9g 脂質 12.5g カルシウム 430mg 食塩 1.6g	エネルギー 359kcal 蛋白質 12.8g 脂質 11.6g カルシウム 358mg 食塩 1.6g	ツナ缶	たまねぎみじん切り,ダイスにんじん 5mm 青ねぎ たまねぎ,しいたけ,ほうれん草,はくさい 人参 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
21	月	ごはん やんによむしゃーく きりぼしだいこんなむる わかめすーぶ	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう	アンパンマンのへびーせんべい 牛乳	エネルギー 594kcal 蛋白質 19.4g 脂質 20.6g カルシウム 245mg 食塩 2.4g	エネルギー 372kcal 蛋白質 14.4g 脂質 10.2g カルシウム 190mg 食塩 2.2g	ヨシキリ	にんにく,ブロッコリー	米 片栗粉,キャノーラ油,きび砂糖 白ごま ごま油,きび砂糖,白ごま	瀬戸のほんじお,酒,ケチャップ うすくちしょうゆ,みりん風調味料 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ,ブイヨン,瀬戸のほんじお,水
		ごはん あじのほうじやに はくさいのゆかりあえ みそしる ばなな	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳	エネルギー 385kcal 蛋白質 14.8g 脂質 3.4g カルシウム 91mg 食塩 1.6g	エネルギー 324kcal 蛋白質 13g 脂質 5.3g カルシウム 149mg 食塩 1.1g	あじ 味噌	土生姜 はくさい,小松菜,人参,ゆかり しめじ,大根,青ねぎ バナナ	米 きび砂糖 きび砂糖	ほうじ茶浸出液,こいくちしょうゆ,酒,みりん風調味料 うすくちしょうゆ,米酢 出汁
22	火	ごはん あじのほうじやに はくさいのゆかりあえ みそしる ばなな	ほうじ чайりみそやきおにぎり ほうじ茶	米,ほうじ茶浸出液,ほうじ茶,味噌 みりん風調味料,きび砂糖,青ねぎ,白ごま ほうじ茶浸出液	エネルギー 385kcal 蛋白質 14.8g 脂質 3.4g カルシウム 91mg 食塩 1.6g	エネルギー 324kcal 蛋白質 13g 脂質 5.3g カルシウム 149mg 食塩 1.1g	あじ 味噌	土生姜 はくさい,小松菜,人参,ゆかり しめじ,大根,青ねぎ バナナ	米 きび砂糖 きび砂糖	ほうじ茶浸出液,こいくちしょうゆ,酒,みりん風調味料 うすくちしょうゆ,米酢 出汁
		だいずみーときーまかれー ひじきさらだ おうとうかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳	エネルギー 480kcal 蛋白質 16.3g 脂質 12.6g カルシウム 144mg 食塩 1.7g	エネルギー 416kcal 蛋白質 15g 脂質 11.8g カルシウム 253mg 食塩 1.7g	大豆 ひじき	たまねぎ,人参,レーズン,コーン,いんげん トマト缶 きゅうり,人参 黄桃缶	米,キャノーラ油,カレールー トマト缶 マヨドレ,白すりごま,きび砂糖	こいくちしょうゆ,ウスターソース,水 うすくちしょうゆ,米酢
23	水	ごはん ひじきさらだ おうとうかん	ぐりーんそい ぱりんこ おちゃ	豆乳,カンテンクック,水,きび砂糖 ほうれん草,きな粉,ぱりんこ お茶	エネルギー 480kcal 蛋白質 16.3g 脂質 12.6g カルシウム 144mg 食塩 1.7g	エネルギー 416kcal 蛋白質 15g 脂質 11.8g カルシウム 253mg 食塩 1.7g	大豆 ひじき	たまねぎ,人参,レーズン,コーン,いんげん トマト缶 きゅうり,人参 黄桃缶	米,キャノーラ油,カレールー トマト缶 マヨドレ,白すりごま,きび砂糖	こいくちしょうゆ,ウスターソース,水 うすくちしょうゆ,米酢
		ごはん ぶたにくとさつまいものごまみそ ぶろっこりーのおかかあえ すましじる	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳	エネルギー 515kcal 蛋白質 21.5g 脂質 10.4g カルシウム 261mg 食塩 1.5g	エネルギー 403kcal 蛋白質 16.6g 脂質 9g カルシウム 221mg 食塩 1.1g	豚 ウデスライス・1kg,味噌 糸かつお	ごぼう,たまねぎ,いんげん ブロッコリー,人参 小松菜	米 さつま芋,白ごま,キャノーラ油 きび砂糖 麩	酒,出汁 うすくちしょうゆ うすくちしょうゆ,瀬戸のほんじお 出汁
24	木	ごはん ぶたにくとさつまいものごまみそ ぶろっこりーのおかかあえ すましじる	ばんなぼんち ぎゅうにゅう	バナナ,バイン缶,黄桃缶,ゼリー さとう,レモン,レモン汁,水 牛乳	エネルギー 515kcal 蛋白質 21.5g 脂質 10.4g カルシウム 261mg 食塩 1.5g	エネルギー 403kcal 蛋白質 16.6g 脂質 9g カルシウム 221mg 食塩 1.1g	豚 ウデスライス・1kg,味噌 糸かつお	ごぼう,たまねぎ,いんげん ブロッコリー,人参 小松菜	米 さつま芋,白ごま,キャノーラ油 きび砂糖 麩	酒,出汁 うすくちしょうゆ うすくちしょうゆ,瀬戸のほんじお 出汁
		ごはん とりのあげないこめこからあげ きゃべつととまとのさらだ みそしる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳	エネルギー 686kcal 蛋白質 23.2g 脂質 29.6g カルシウム 246mg 食塩 1.2g	エネルギー 495kcal 蛋白質 15.5g 脂質 20.2g カルシウム 201mg 食塩 1g	鶏肉 豆乳 味噌	土生姜,にんにく キャベツ,トマト,コーン えのき,はくさい,青ねぎ	米,米油 米粉パウダー,米油 米油,きび砂糖	酒,こいくちしょうゆ 瀬戸のほんじお 米酢,瀬戸のほんじお 出汁
25	金	ごはん とりのあげないこめこからあげ きゃべつととまとのさらだ みそしる	こめここあぶらうにー ぎゅうにゅう	米粉パウダー,きび砂糖,米油,ココア ベーキングパウダー,片栗粉,木綿豆腐 牛乳	エネルギー 686kcal 蛋白質 23.2g 脂質 29.6g カルシウム 246mg 食塩 1.2g	エネルギー 495kcal 蛋白質 15.5g 脂質 20.2g カルシウム 201mg 食塩 1g	鶏肉 豆乳 味噌	土生姜,にんにく キャベツ,トマト,コーン えのき,はくさい,青ねぎ	米,米油 米粉パウダー,米油 米油,きび砂糖	酒,こいくちしょうゆ 瀬戸のほんじお 米酢,瀬戸のほんじお 出汁
		やしきそば 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 570kcal 蛋白質 29.7g 脂質 16.5g カルシウム 232mg 食塩 1.4g	エネルギー 505kcal 蛋白質 29.7g 脂質 13g カルシウム 208mg 食塩 1.1g	豚 ウデスライス・1kg,糸かつお 青のり粉 豆腐,わかめ,味噌	たまねぎ,ピーマン,人参,キャベツ 大根,小松菜,人参,しいたけ バナナ	中華そば,サラダ油	焼そばソース 出汁
26	土	やしきそば ぐだくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう	ヘム鉄入りクッキー 牛乳	エネルギー 570kcal 蛋白質 29.7g 脂質 16.5g カルシウム 232mg 食塩 1.4g	エネルギー 505kcal 蛋白質 29.7g 脂質 13g カルシウム 208mg 食塩 1.1g	豚 ウデスライス・1kg,糸かつお 青のり粉 豆腐,わかめ,味噌	たまねぎ,ピーマン,人参,キャベツ 大根,小松菜,人参,しいたけ バナナ	中華そば,サラダ油	焼そばソース 出汁
		みーとすばげてい どれっしんぐさらだ こーんちゃうだー	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう	アンパンマンのへびーせんべい 牛乳	エネルギー 646kcal 蛋白質 25.5g 脂質 25.5g カルシウム 381mg 食塩 1.9g	エネルギー 547kcal 蛋白質 23g 脂質 23.2g カルシウム 307mg 食塩 1.4g	合挽ミンチ ハム ベーコン,牛乳,スキムミルク	たまねぎみじん切り,(冷)ダイスカロット,パセリ キャベツ,きゅうり コーン,コンクリーム缶,たまねぎ,人参,パセリ	スパゲティ,キャノーラ油 ハヤシルウ,きび砂糖 白ドレッシング	トマトビュレ,ケチャップ,ブイヨン ブイヨン
28	月	みーとすばげてい どれっしんぐさらだ こーんちゃうだー	★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	昭和ホットケーキミックス600g,牛乳,ヨーグルト オクノス りんご角切り,さとう,ホイップ 牛乳	エネルギー 646kcal 蛋白質 25.5g 脂質 25.5g カルシウム 381mg 食塩 1.9g	エネルギー 547kcal 蛋白質 23g 脂質 23.2g カルシウム 307mg 食塩 1.4g	合挽ミンチ ハム ベーコン,牛乳,スキムミルク	たまねぎみじん切り,(冷)ダイスカロット,パセリ キャベツ,きゅうり コーン,コンクリーム缶,たまねぎ,人参,パセリ	スパゲティ,キャノーラ油 ハヤシルウ,きび砂糖 白ドレッシング	トマトビュレ,ケチャップ,ブイヨン ブイヨン
		ごはん さばのたつたあげ いんげんのごまあえ みそしる みかんかん	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳	エネルギー 592kcal 蛋白質 25g 脂質 18.6g カルシウム 272mg 食塩 1.6g	エネルギー 442kcal 蛋白質 18.7g 脂質 14.2g カルシウム 233mg 食塩 1.1g	サバ 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	米 片栗粉,サラダ油 白すりごま,さとう	こいくちしょうゆ,本みりん こいくちしょうゆ 出汁
29	火	ごはん さばのたつたあげ いんげんのごまあえ みそしる みかんかん	なっとうとーすと ぎゅうにゅう	食パン,ミニ納豆,たまねぎ 青ねぎ,こいくちしょうゆ 牛乳	エネルギー 592kcal 蛋白質 25g 脂質 18.6g カルシウム 272mg 食塩 1.6g	エネルギー 442kcal 蛋白質 18.7g 脂質 14.2g カルシウム 233mg 食塩 1.1g	サバ 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	米 片栗粉,サラダ油 白すりごま,さとう	こいくちしょうゆ,本みりん こいくちしょうゆ 出汁
		にくやさいどん かりぶろさらだ みそしる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳	エネルギー 519kcal 蛋白質 22.1g 脂質 18.6g カルシウム 238mg 食塩 1.5g	エネルギー 400kcal 蛋白質 18g 脂質 14.2g カルシウム 255mg 食塩 0.9g	豚肉 ツナ缶 味噌	キャベツ,グリーンアスパラ,たまねぎ,人参 ブロッコリー,カリフラワー,人参 もやし,えのき,青ねぎ	米,サラダ油 マヨネーズ	ウスターソース,食塩1kg,ブイヨン 出汁
30	水	にくやさいどん かりぶろさらだ みそしる	くらっかーさんど ぎゅうにゅう	クラッカー,マシュマロ 牛乳	エネルギー 519kcal 蛋白質 22.1g 脂質 18.6g カルシウム 238mg 食塩 1.5g	エネルギー 400kcal 蛋白質 18g 脂質 14.2g カルシウム 255mg 食塩 0.9g	豚肉 ツナ缶 味噌	キャベツ,グリーンアスパラ,たまねぎ,人参 ブロッコリー,カリフラワー,人参 もやし,えのき,青ねぎ	米,サラダ油 マヨネーズ	ウスターソース,食塩1kg,ブイヨン 出汁
		おばけはやしらいす かぼちゃさらだ ばななよーぐると	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳	エネルギー 687kcal 蛋白質 24.7g 脂質 20.2g カルシウム 295mg 食塩 1.4g	エネルギー 529kcal 蛋白質 19.5g 脂質 17.3g カルシウム 239mg 食塩 1.3g	鶏肉,板のり・2g チーズ,刻みハム ヨーグルト	人参,たまねぎ 南瓜,きゅうり バナナ	米,じゃがいも,サラダ油 ハヤシルウ 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。

