



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				
					3時のオヤツ		材料		幼児		乳児		赤色の食品
1	月	ごはん ぶただいこんとあつあげに ほうれんそうのほんずあえ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう りんごとにんじんのけーき ぎゅうにゅう	Nアンパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,上白糖,鶏卵,無調整豆乳 サラダ油,りんご角切り,人参ペースト 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	520kcal 23.4g 13.2g 260mg 1.6g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	429kcal 19.0g 10.6g 208mg 1.4g	豚こま・M 絹厚揚げ四角10g 浜しぐれ,糸かつお 白味噌	特大根,にんじん,冷凍ぶなじめじ (冷)カットいんげん (冷)ほうれん草,はくさい たまねぎ,青ネギ	米 上白糖	出汁,こいくちしょうゆ 料理酒,みりん風調味料 ポン酢しょうゆ 出汁	
2	火	ごはん ちきなんんばん はるさめさらだ わかめすーふ	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう うずまきくつきー ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L 小麦粉,上白糖,無塩バター,豆乳(無調整) ココアパウダー(無糖) 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	610kcal 26.5g 18.0g 210mg 1.4g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	483kcal 19.4g 12.9g 176mg 1.1g	鶏むね皮なし 20g 錦糸玉子 チ豆腐,わかめ・カット	パセリ(乾) きゅうり,にんじん 青ねぎ	米 小麦粉,サラダ油,上白糖 タルタルソース 春雨・緑豆,上白糖,いりごま白 いりごま白	食塩,料理酒,こいくちしょうゆ 酢(穀物酢) 酢(穀物酢),こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,やさしい味わいのガラスープ	
3	水	むぎごはん さかなのばんこやき きやべつのいそあえ みそしる みかんかん	かるしゅむせんべい ぎゅうにゅう あめりかんどつく ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,無調整豆乳,上白糖 ワイン斜めスライス,キャノーラ油 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	525kcal 22.6g 14.4g 290mg 1.7g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	425kcal 17.6g 11.0g 305mg 1.3g	骨なしホキ,パルメザンチーズ (冷)きざみあげ,白味噌	パセリ(乾) キャベツ,もやし,人参,刻みのり 冷凍蒸小松菜(カット),だいこん 和歌山産 みかん缶 1号缶	米,押麦 卵黄マヨネーズ,白パン粉 上白糖	食塩 こいくちしょうゆ 出汁	
4	木	しょくばん みーとぼーるけちやつぶに こーるするーさらだ はなやさいすーふ	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう ふかしいも ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L さつまいも 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	627kcal 23.2g 17.2g 312mg 2.1g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	414kcal 15.4g 12.6g 253mg 1.8g	うす味肉団子 	たまねぎ,にんじん ピーマン P,ホールコーン(冷) キャベツ,きゅうり,にんじん,ホールコーン(冷) 冷凍しめじ,(冷)カリフラワー,(冷)ブロッコリー	食パン50g サラダ油,上白糖	ケチャップ・チューブ ウスターソース	
5	金	ごはん とうふいりたまごやき いもとひじきのかれーいため みそしる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ここあぶりん ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L ココアプリンMix 牛乳・1L 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	575kcal 28.8g 19.6g 376mg 1.3g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	488kcal 23.3g 17.0g 303mg 0.9g	木綿豆腐,凍結全卵 鶏ミンチ P 韓国産芽ひじき,豚小間 白味噌	にんじん,冷凍しいたけ,(冷)きぬさや (冷)ピーマンミックス (冷)ほうれん草カット,えのき,玉ねぎ	米 キャノーラ健康プラス 上白糖 ダイスボテ,上白糖,ごま油	食塩 こいくちしょうゆ カレー粉,食塩 出汁	
6	土	たにんどん ぐだくさんみそしる ばなな ぎゅうにゅう		 	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	615kcal 27.1g 17.9g 342mg 1.1g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	510kcal 23.7g 16.9g 323mg 0.9g	豚小間(ウデ),鶏卵 木綿豆腐 (冷)きざみあげ,白味噌 牛乳・1L	たまねぎ,青ねぎ だいこん,ごぼう,干しシイタケ (冷)ほうれん草 バナナ L	米,上白糖	こいくちしょうゆ,みりん風調味料,料理酒,出汁 出汁	
8	月	むぎごはん ちきんかつ ちんげんさいのおひたし けんちんじる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ぎょうざかわかつぶぐらたん ぎゅうにゅう	Nアンパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L ギョウザ皮,マカロニ,玉ねぎ,ホワイトソース (冷)かぼちゃ,ピザチーズ,パセリ乾 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	486kcal 19.7g 13.5g 312mg 1.3g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	387kcal 15.1g 10.2g 239mg 1.1g	おそうざいチキンカツ 糸かつお チ豆腐	(冷)ちんげん菜カット,はくさい,人参 特大根,にんじん,青ねぎ	米,押麦 サラダ油 里芋(冷)1/8カット	醸熟とんかつソース 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,出汁	
9	火	ごはん さかなのこーんくりーむかけ はむとやさいのいためもの みそしる みかん	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう きなことうふーなつ ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,木綿豆腐,サラダ油 上白糖,きな粉,キャノーラ油 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	549kcal 22.5g 16.0g 264mg 1.7g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	450kcal 17.9g 12.4g 218mg 1.3g	骨なしホキ 60g プレスハム (冷)きざみあげ,白味噌	コーンクリーム,冷凍玉ねぎみじん切り,パセリ乾 キャベツ,たまねぎ,ホールコーン(冷)	米 小麦粉,サラダ油,卵黄マヨネーズ,オリーブ油 サラダ油 ダイスボテ	やさしい味わいのガラスープ 食塩 出汁	
10	水	ういんなーぴらふ はんぱーぐ おりびえさらだ やさいすーふ	かるしゅむせんべい ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ 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・1L 食パン,牛乳,凍結全卵,上白糖 無塩バター,冷凍ホイップ,ダイスイチゴ 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	744kcal 29.4g 29.7g 296mg 2.7g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	590kcal 22.9g 23.4g 307mg 2.1g	ワイン斜めスライス 輸入合挽ミンチ,木綿豆腐,鶏卵 とりささみ水煮フレーク,サラダチーズ	冷凍玉ねぎみじん切り,Mixベジタブル 冷凍玉ねぎみじん切り にんじん,ホールコーン(冷) キャベツ,えのき,たまねぎ (冷)ほうれん草カット	米,サラダ油 白パン粉(200g),上白糖 ダイスボテ,卵黄マヨネーズ	ブイヨンM(アレルゲンフリー),食塩 トンカツソース,ケチャップ ブイヨンM(アレルゲンフリー)	
11	木	ちゅうかどん ぶろっこりーのちゅうかあえ たまごすーふ	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう ふるーちえ はっぴーたーん	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L フルーチェ(ピーチ) 牛乳・1L ハッピーターン	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	384kcal 14.1g 6.5g 115mg 1.4g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	370kcal 13.9g 8.4g 170mg 1.3g	豚こま・M カットかまぼこ 凍結全卵	たまねぎ,はくさい にんじん,冷凍しいたけスライス (冷)ブロッコリー,にんじん もやし,(冷)チンゲン菜	米,サラダ油 純正胡麻油・170g,片栗粉 純正胡麻油・170g,上白糖	水,こいくちしょうゆ,料理酒 やさしい味わいのガラスープ こいくちしょうゆ やさしい味わいのガラスープ,こいくちしょうゆ	
12	金	ごはん とりのさっぱりに こまつなときりぼしのごまあえ みそしる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ぐらっかーさんど ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L ルヴァーンL ホワイトマッシュマロ 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	554kcal 23.1g 19.0g 297mg 1.6g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	429kcal 17.0g 14.2g 229mg 1.3g	国産・鶏モモ肉・20g わかめ・カット,白味噌	しょうがチューブ,(冷)ミニブロッコリー (冷)小松菜,切干大根,にんじん たまねぎ	米 上白糖 白ごま(すり),上白糖 サトイモ(冷)	こいくちしょうゆ,料理酒,穀物酢 こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 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	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他		
13	土	ごもくやきめし ぐだくさんみそしる ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	575kcal 22.8g 16.5g 367mg 1.2g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	453kcal 18.9g 13.6g 301mg 1.0g	輸入豚ミンチ 豆腐(ソフト),(冷)きざみあげ,白味噌 牛乳・1L	ホールコーン(冷),玉ねぎ,人参,ピーマン はくさい,(にんじん 干しシイタケ,(冷)ほうれん草 バナナ L	米,キャノーラ油 出汁	ブイヨンM(アレルゲンフリー),こいくちしようゆ 出汁	
15	月	ごはん とりにくのごまみそやき ひじきとえだまめのさらだ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう	Nアンパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	573kcal 24.6g 18.9g 290mg 1.4g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	458kcal 18.6g 14.5g 231mg 1.3g	鶏モモ20g,赤だしみそ ひじき	キャベツ,(にんじん,(冷)むき枝豆 ホールコーン(冷) もやし,冷凍小松菜カット	米 上白糖,小麦粉,いりごま白 白ドレッシング ダイスボテト	みりん風調味料,こいくちしようゆ 出汁	
16	火	かれーらいす みにおむれつ ぐりーんさらだ	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	624kcal 22.6g 19.7g 229mg 2.1g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	511kcal 18.7g 16.3g 192mg 1.7g	豚こま・M プレーンオムレツ40 味のちぬや	にんじん,(集)たまねぎ キャベツ,きゅうり,ホールコーン(冷)	米,サラダ油 ぱれいしょ・メーケイン マヨドレ,すりごま白,上白糖	とろけるカレーフレーク甘口 水 ケチャップ・チューブ こいくちしようゆ,米酢	
17	水	むぎごはん さばのにつけ はくさいのなつとうあえ みそしる りんご	かるしむせんべい ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	521kcal 23.3g 16.5g 258mg 2.2g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	425kcal 18.4g 13.1g 277mg 1.7g	骨なしサバ 60g カルシウム&ビタミンC強化納豆 白味噌	土生姜 はくさい,(冷)ほうれん草,人参 もやし,人参,キャベツ リンゴ	米,押麦 上白糖 上白糖 	出汁,こいくちしようゆ,料理酒,本みりん こいくちしようゆ 出汁	
18	木	かやくうどん ちくわのいそべあげ あおなのおひたし	どうぶつすけっと ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	575kcal 23.2g 11.3g 234mg 3.6g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	458kcal 18.4g 8.8g 195mg 2.6g	鶏むね肉 NKR細切り蒲鉾天着 冷凍焼竹輪,青さ粉	たまねぎ,はくさい にんじん,干ししいたけ,青ネギ もやし,(冷)ほうれん草カット,人参	冷凍徳得うどん200P 小麦粉,サラダ油 上白糖	麺つゆ,水 こいくちようゆ	
19	金	せかいのりょうり★ふいんらんど ろーるぱん まかろにきやせろーる かりぶろさらだ かれりあふうしちゅー		みれーびすけっと ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	613kcal 25.6g 27.7g 311mg 2.2g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	499kcal 20.4g 22.7g 249mg 1.8g	豚ミンチ,ナチュラルチーズ 豚小間,牛モモ	にんにくチューブ (冷)ほうれん草カット,玉ねぎ,人参ペースト (冷)プロッコリー,(冷)カリフラワー,にんじん たまねぎ,にんじん	ロールパン マカロニ 卵黄マヨネーズ じゃがいも メーケイン(生)	ホワイトソース ブイヨンM(アレルゲンフリー),こいくちしようゆ,食塩
20	土	まーぼーどん ぐだくさんすーふ ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	629kcal 26.5g 17.1g 355mg 1.1g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	511kcal 21.9g 15.3g 310mg 1.0g	チ豆腐,輸入豚ミンチ 赤味噌 豆腐(ソフト),わかめ・カット,鶏ガラスープ 牛乳・1L	たまねぎ,土生姜 たまねぎ,はくさい,干しシイタケ,人参 バナナ L	米,キャノーラ油,上白糖 片栗粉,純正胡麻油・170g	水,こいくちようゆ,料理酒 やさしい味わいのガラスープ こいくちようゆ	
22	月	ごはん さかなのやさいあんかけ かぼちゃのにもの 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	Nアンパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	545kcal 19.6g 12.4g 215mg 1.3g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	440kcal 15.4g 9.0g 170mg 1.1g	骨なしホキ 30g 白味噌	しめじ,にんじん,はくさい,(冷)グリンピース なんきん,(冷)きぬさや にんじん,たまねぎ,青ネギ 黄桃ダイスカット	米 片栗粉,サラダ油,上白糖,ごま油 上白糖 里芋(冷)1/8カット	食塩,出汁,こいくちしようゆ,みりん,穀物酢 出汁,こいくちようゆ 出汁	
23	火	ごはん ぶたにくのしょうがいため さつまいもさらだ みそしる	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	525kcal 20.7g 16.5g 262mg 1.2g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	448kcal 16.9g 14.1g 220mg 1.0g	豚小間(ウデ) 木綿豆腐,白味噌	キャベツ,(集)たまねぎ にんじん,ピーマン P きゅうり,にんじん (冷)カット小松菜,はくさい	米 サラダ油,上白糖,片栗粉 さつま芋,卵黄マヨネーズ 出汁	こいくちようゆ 本みりん,料理酒	
24	水	ごはん ちくぜんに あおなのゆかりあえ みそしる	かるしむせんべい ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	468kcal 18.0g 11.8g 251mg 1.4g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	390kcal 14.2g 9.9g 272mg 1.2g	国産鶏モモ小切り 絹厚揚げ四角10g 白味噌	だいこん,(冷)さがき,(冷)レンコン 干しシイタケ,にんじん,(冷)いんげん (冷)ほうれん草カット,もやし はくさい,(集)たまねぎ	米 上白糖,サラダ油 上白糖	こいくちようゆ 本みりん,出汁 三島・ゆかり,こいくちようゆ 出汁	
25	木	けちゃっへらいす とりにくのからあげ はなやさいさらだ ぽとふ	どうぶつすけっと ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	704kcal 26.8g 27.9g 203mg 2.1g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	532kcal 18.6g 19.1g 170mg 1.6g	オムライスシート 国産・鶏モモ肉・30g ウインナー斜めスライス	たまねぎ,Mixベジタブル しょうがチューブ,にんにくチューブ (冷)プロッコリー,(冷)カリフラワー,にんじん (冷)イエローピーマントスライス,星形人参 にんじん,たまねぎ,パセリ乾	米,サラダ油 上白糖,片栗粉,キャノーラ油 卵黄マヨネーズ ぱれいしょ	ブイヨンM(アレルゲンフリー),ケチャップ,食塩 こいくちようゆ,料理酒 ブイヨンM(アレルゲンフリー)	
26	金	おべんとう	みれーびすけっと ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	104kcal 1.7g 5.4g 203mg 0.2g	エネルギー 蛋白質 脂質 カルシウム 食塩	163kcal 4.0g 8.8g 269mg 0.3g		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。			