



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
1	木	やきうどん もやしのあえもの みそしる	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう たまごぼーろ おちゃ	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L カルシウム卵ボーロー お茶	エネルギー 387kcal 炭水 57.5g 蛋白質 18.3g 脂質 7.8g 食塩 1.9g	エネルギー 347kcal 炭水 49.1g 蛋白質 16.8g 脂質 8.6g 食塩 1.7g	豚こま・M,花かつお・並 豆腐(ソフト),あわせるのがみそ 冷凍ちっちゃなカットえのき 冷 刻みほうれん草 イワタニ	キャベツ,(集)たまねぎ,人参 もやし,きゅうり,人参 冷凍ちっちゃなカットえのき 冷 刻みほうれん草 イワタニ	冷凍うどん,サラダ油 上白糖	麵つゆ こいくちしょうゆ 出汁
2	金	つなチャーはん はくさいのささみあえ わかめとだいこんのすーぷ	みれーびすけっと ぎゅうにゅう やわらかさぶれ おちゃ	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L やわらかサフレカルシウム入りいちご味 お茶	エネルギー 374kcal 炭水 63.5g 蛋白質 15.0g 脂質 7.2g 食塩 1.8g	エネルギー 342kcal 炭水 53.8g 蛋白質 14.6g 脂質 8.4g 食塩 1.7g	ライトツナ水煮フレーク とりささみ水煮フレーク わかめ・カット	冷凍玉ねぎみじん切りIQF ピーマン P,ダイス人参 はくさい,にんじん 特・大根	米,サラダ油 上白糖 白ごま150g	ブイヨンM(アレルギーフリー) こいくちしょうゆ,食塩 こいくちしょうゆ ブイヨンM(アレルギーフリー) こいくちしょうゆ
3	土	けんぽうきねんび								
5	月	こどものひ								
6	火	ふりかえきゅうじつ								
7	水	しんちゃごはん はむかつ ほうれんそうのおかかあえ みそしる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう かぶとあつぶるばい ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L 春巻の皮,リンゴ,上白糖 カスタードクリーム,サラダ油,チョコ菓子 牛乳・1L	エネルギー 572kcal 炭水 98.9g 蛋白質 18.1g 脂質 13.5g 食塩 1.9g	エネルギー 492kcal 炭水 83.8g 蛋白質 15.2g 脂質 12.0g 食塩 1.5g	花かつお・並 プチ豆腐,わかめ・カット,あわせるのがみそ	(冷)国産ほうれん草,人参	米 サラダ油 上白糖 里芋(冷)1/8カット	まっ茶,(集)煎茶(葉) ・精製塩,料理酒 新厚切りポークハムカット,厨房ソース こいくちしょうゆ 出汁
8	木	むぎごはん さけのてりやき きりぼしだいこんさらだ みそしる みかんかん	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう あめりかんどつぐ ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,サラダ油,無調整豆乳 あらびきウィンナー 牛乳・1L	エネルギー 545kcal 炭水 77.1g 蛋白質 23.5g 脂質 17.7g 食塩 1.3g	エネルギー 442kcal 炭水 62.4g 蛋白質 18.8g 脂質 15.1g 食塩 1.2g	骨なし紅鮭 60g (冷)焼ちくわ 55g (冷)きざみあげ,白味噌	(冷)ミニブロッコリー 宮崎産 切干大根,きゅうり,にんじん (集)たまねぎ,にんじん みかん缶350g(193g)	米,押麦 上白糖 J 一番搾りキャノーラ油,上白糖	こいくちしょうゆ,みりん風調味料 米酢,こいくちしょうゆ 出汁
9	金	ごはん すばにっしゅおむれつ なすのとまとに こんそめすーぷ	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ばばろあ ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L パパロア,M牛乳・1L,水 牛乳・1L	エネルギー 494kcal 炭水 68.9g 蛋白質 22.3g 脂質 15.7g 食塩 2.0g	エネルギー 424kcal 炭水 58.3g 蛋白質 18.7g 脂質 13.9g 食塩 2.0g	凍結全卵,ライトツナ水煮フレーク,スキムミルク	たまねぎ,にんじん,グリーンピース なす,キャベツ,たまねぎ,ピーマン トマトダイスカット 大根,(冷)ちんげん菜	米 ダイスポテト サラダ油,上白糖	ブイヨンM(アレルギーフリー),ケチャップ ブイヨンM(アレルギーフリー) 食塩 ブイヨンM(アレルギーフリー),こいくちしょうゆ,食塩
10	土	たにんどん ぐだくさんみそしる ばなな ぎゅうにゅう	おたのしみ ぎゅうにゅう	ウエハース 鉄の国のアリス バニラ 牛乳・1L	エネルギー 582kcal 炭水 78.0g 蛋白質 29.0g 脂質 19.1g 食塩 1.3g	エネルギー 473kcal 炭水 60.5g 蛋白質 24.1g 脂質 16.8g 食塩 1.2g	豚こま,鶏卵 豆腐(ソフト),きざみあげ,白味噌 牛乳・1L	(集)たまねぎ キャベツ,干しシイタケ,ごぼう,人参,青ネギ バナナ L	米	こいくちしょうゆ みりん風調味料,料理酒 出汁
12	月	ごはん ぶたにくのみそいため のりあえ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう かみかみびーんず ぎゅうにゅう	Nアソパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L 大豆水煮,片栗粉,サラダ油 高野豆腐さいころ,金揚げシラス,こいくちしょうゆ,上白糖 牛乳・1L	エネルギー 547kcal 炭水 70.3g 蛋白質 30.7g 脂質 18.2g 食塩 2.1g	エネルギー 450kcal 炭水 60.6g 蛋白質 25.2g 脂質 13.9g 食塩 1.5g	豚こま・M,赤だしみそ 浜しぐれ(スギヨ),もみのり わかめ・カット	キャベツ,(集)たまねぎ にんじん,ピーマン P (冷)ほうれん草,冷凍ぶなしめじ 特大根,白ねぎ KG	米 サラダ油,上白糖,片栗粉 上白糖	こいくちしょうゆ 本みりん,料理酒 こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,出汁
13	火	かおまんがい かりぶろさらだ たまごすーぷ	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう あおりんごゼリー ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L カップゼリーの素(青りんご) オクノス りんご角切り 牛乳・1L	エネルギー 465kcal 炭水 68.9g 蛋白質 20.0g 脂質 13.6g 食塩 1.6g	エネルギー 389kcal 炭水 58.6g 蛋白質 15.7g 脂質 11.3g 食塩 1.6g	鶏モモ皮なし 60g 白味噌 鶏卵 M・P	きゅうり,にんじん おろし生にんにくチューブ,しょうがチューブ (冷)ブロッコリー,(冷)ミカリアフラワー,人参 青ねぎ	米,上白糖,調合ごま油 卵黄マヨネーズ 片栗粉	料理酒,食塩, こいくちしょうゆ,穀物酢,水 瀬戸のほんじお こいくちしょうゆ,食塩 やさしい味わいのガラスープ
14	水	ごはん しろみざかなふらい ころころさらだ みそしる ばいんかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう びざとーすと ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L 食パン,ウィンナー斜めスライス,たまねぎ ピーマン,ホールコーン(冷),ケチャップ,チーズ 牛乳・1L	エネルギー 583kcal 炭水 92.1g 蛋白質 22.1g 脂質 15.5g 食塩 2.0g	エネルギー 452kcal 炭水 72.0g 蛋白質 16.2g 脂質 12.1g 食塩 1.4g	白身魚フライ(ホキ) 刻みハム 白味噌	にんじん,きゅうり たまねぎ,(冷)カット小松菜 サニーサイト*パインチビット	米 J 一番搾りキャノーラ油 ダイスポテト,卵黄マヨネーズ 切麩	減塩中濃ソース 出汁
15	木	むぎごはん ぶたにくのやながわふうに いんげんのまよあえ みそしる	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう おちゃくつきー ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L お茶,小麦粉,上白糖 無塩バター,無調整豆乳,黒ゴマ 牛乳・1L	エネルギー 669kcal 炭水 86.1g 蛋白質 27.6g 脂質 26.0g 食塩 1.3g	エネルギー 516kcal 炭水 68.1g 蛋白質 21.9g 脂質 19.4g 食塩 1.2g	豚こま・M 鶏卵・MS シュリンク (冷)きざみあげ,あわせるのがみそ	ささがき,にんじん (集)たまねぎ,白ねぎ KG (冷)いんげん,にんじん もやし・細1kg	米,押麦 サラダ油,上白糖 卵黄マヨネーズ 里芋(冷)1/8カット	こいくちしょうゆ・500ml みりん風調味料,料理酒 出汁
16	金	まーぼーどん はるさめさらだ ちゅうかやさいすーぷ	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ばななむしぱん ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,上白糖,バナナ サラダ油,豆乳(無調整) 牛乳・1L	エネルギー 605kcal 炭水 96.3g 蛋白質 19.6g 脂質 16.9g 食塩 1.5g	エネルギー 480kcal 炭水 77.5g 蛋白質 15.7g 脂質 13.3g 食塩 1.5g	プチ豆腐,輸入豚ミンチ 赤味噌	冷凍玉ねぎみじん切りIQF ピーマン P,生姜 にんじん,きゅうり (冷)ちんげん菜,はくさい,青ネギ	米,・キャノーラ油 さとうきび糖,片栗粉,ごま油 国産春雨,上白糖,ごま油	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 米酢,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

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
17	土	やきそば ぐだくさんみそしる ばなな ぎゅうにゅう	おたのしみ ぎゅうにゅう	ウエハース 鉄の国のアリス パニラ 牛乳・1L	エネルギー 561kcal 炭水 82.5g 蛋白質 22.9g 脂質 17.5g 食塩 1.7g	エネルギー 457kcal 炭水 67.6g 蛋白質 18.3g 脂質 14.7g 食塩 1.4g	輸入豚 ウデカット 糸かつお,あおさ粉 豆腐(ソフト),わかめ,白味噌 牛乳・1L	たまねぎ,ピーマン,もやし にんじん 1kg,キャベツ はくさい,にんじん,干しシイタケ バナナ L	焼そば用蒸し麺 1kg J 一番搾りキャノーラ油 さつま芋 さつま芋	焼きそばソース 出汁 出汁
19	月	まめごはん とりにくのあまずに ごまどれさらだ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう きやんでいーぽてと ぎゅうにゅう	Nアンプルマンのソフトせんべい 牛乳・1L 冷凍さつまいも,有塩バター サラダ油,上白糖 牛乳・1L	エネルギー 478kcal 炭水 79.7g 蛋白質 20.0g 脂質 11.3g 食塩 1.8g	エネルギー 401kcal 炭水 67.0g 蛋白質 16.4g 脂質 9.3g 食塩 1.2g	出し昆布(利尻産) 鶏モモ皮なし カット あわせるのがみそ	ムキえんどう豆 しめじ,にんじん ピーマン P,たまねぎ,しょうがチューブ キャベツ,きゅうり,にんじん 冷 刻みほうれん草 イワタニ	米 さとうきび糖 国産 ごま醤油ドレッシング ダイスポテト	食塩,料理酒 料理酒,こいくちしょうゆ 米酢,出汁 出汁
20	火	ごはん ぶたにくとあつあげいため ぐりーんさらだ みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう ぱいなっぷるけーき 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,上白糖,サラダ油 パインピーセス,無調整豆乳 牛乳・1L	エネルギー 545kcal 炭水 85.1g 蛋白質 22.8g 脂質 14.7g 食塩 1.3g	エネルギー 442kcal 炭水 70.9g 蛋白質 18.3g 脂質 11.1g 食塩 0.9g	輸入豚 ウデカット 絹厚揚げ四角10g あわせるのがみそ	たまねぎ,にんじん 1kg しめじ,(冷)きぬさやスライス キャベツ,きゅうり,ホールコーン(冷) 冷凍蒸小松菜(カット),にんじん	米 さとうきび糖 国産 卵黄マヨネーズ,すりごま白,上白糖 里芋(冷)1/8カット	料理酒,こいくちしょうゆ 本みりん こいくちしょうゆ,米酢 出汁
21	水	ごはん さわらのさいきょうやき だいずのごもくに ほうれんそうのすましじる ももかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ふる一つよーぐると ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L バナナ,みかん缶,パインピーセス ヨーグルトプレーン,上白糖 牛乳・1L	エネルギー 526kcal 炭水 81.2g 蛋白質 24.0g 脂質 14.3g 食塩 1.2g	エネルギー 437kcal 炭水 68.4g 蛋白質 19.0g 脂質 11.9g 食塩 1.0g	骨なしサワラ 60g,西京味噌 ひじき,大豆水煮,冷凍竹輪 プチ豆腐	にんじん,(冷)きぬさやスライス たまねぎ,(冷)ほうれん草 黄桃缶 EO4号缶	米 さとうきび糖 国産 上白糖 上白糖	本みりん 出汁,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,食塩,出汁
22	木	★せかいのりょうり★ じゃーじゃーめん しゅーまい ちんげんさいのなむる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ごまだんご (0.1.2歳はごまむしぱん) ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,サラダ油,無調整豆乳 無調整豆乳,上白糖,こしあん,いりごま白 牛乳・1L	エネルギー 622kcal 炭水 78.8g 蛋白質 27.4g 脂質 25.5g 食塩 2.1g	エネルギー 497kcal 炭水 66.6g 蛋白質 21.9g 脂質 18.6g 食塩 1.7g	豚ミンチ 1 赤だし味噌・500g シューマイ	土生姜,冷凍玉ねぎみじん切り にんじんダイス,ピーマンダイス,干しシイタケ,きゅうり (冷)ちんげん菜カット,もやし	冷徳得ラーメン,ごま油 上白糖,片栗粉 調合ごま油,上白糖	水,料理酒 こいくちしょうゆ,水 こいくちしょうゆ,穀物酢
23	金	(3.4.5さいえんそく) 1.2さい かれーらいす ぶろっこりーのごまあえ ばなな	みれーびすけつと ぎゅうにゅう びすけつと ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L マリー 牛乳・1L	エネルギー 541kcal 炭水 84.8g 蛋白質 21.0g 脂質 15.7g 食塩 1.5g	エネルギー 446kcal 炭水 68.5g 蛋白質 16.8g 脂質 13.9g 食塩 1.2g	 豚こま	にんじん,(集)たまねぎ (冷)ブロッコリー,(冷)ミニカリフラワー,人参 バナナ L	米,ばれいしょ・メークイン,サラダ油 上白糖,すり・ごま白	とろけるカレーフレーク甘口,水 こいくちしょうゆ・500ml
24	土	やきとりどん ぐだくさんみそしる ばなな ぎゅうにゅう	おたのしみ ぎゅうにゅう	ウエハース 鉄の国のアリス パニラ 牛乳・1L	エネルギー 629kcal 炭水 106.8g 蛋白質 25.7g 脂質 13.5g 食塩 1.0g	エネルギー 463kcal 炭水 75.0g 蛋白質 20.1g 脂質 11.3g 食塩 0.8g	鶏モモ皮なし 小切り 豆腐(ソフト),(冷)きざみあげ あわせるのがみそ 牛乳・1L	白ねぎ KG,キャベツ,にんじん,しょうがチューブ 干ししいたけスライス,もやし 青ねぎ,冷凍蒸小松菜(カット) バナナ L	米,サラダ油,上白糖 	本みりん,こいくちしょうゆ 出汁
26	月	ごはん すたみないため あおなのきんしあえ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう くらっかーさんど ぎゅうにゅう	Nアンプルマンのソフトせんべい 牛乳・1L ルヴァーンL ホワイトマシュマロ 牛乳・1L	エネルギー 562kcal 炭水 82.0g 蛋白質 23.3g 脂質 17.9g 食塩 2.1g	エネルギー 414kcal 炭水 62.1g 蛋白質 18.1g 脂質 12.1g 食塩 1.4g	豚こま・M 錦糸玉子 わかめ・カット,木綿豆腐,白味噌	キャベツ,(集)たまねぎ ピーマン P,にんじん (集)小松菜,にんじん,もやし 白ねぎ KG	米 サラダ油 上白糖 	エバラ黄金の味 こいくちしょうゆ 出汁
27	火	ろーるばん とりにくのまよねーずやき ぶろっこりーとつなのそてー ぱんぶきんぼたーじゅ	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L 米,鉄ふりかけ鰹 巻のり・2g 牛乳・1L	エネルギー 639kcal 炭水 76.0g 蛋白質 29.4g 脂質 26.7g 食塩 2.4g	エネルギー 496kcal 炭水 61.3g 蛋白質 22.1g 脂質 19.9g 食塩 2.0g	鶏モモ20g シーキンLチャク 1kg 豆乳(無調整) 	冷凍玉ねぎみじん切り,パセリ (冷)ミニブロッコリー,(冷)ミニカリフラワー,にんじん 南瓜ペースト,冷凍蒸かぼちゃダイス 冷凍たまねぎみじん切り,パセリ	ロールパン 卵黄マヨネーズ サラダ油 クリームシチューの素	こいくちしょうゆ・500ml 料理酒,食塩,
28	水	ごはん ぶたとじゃがいものあまからいた かいそうさらだ みそしる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう かんてんみるくぷりん ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L やわらかプリンの素 牛乳・1L,湯さまし 牛乳・1L	エネルギー 490kcal 炭水 80.5g 蛋白質 22.9g 脂質 11.3g 食塩 1.1g	エネルギー 393kcal 炭水 65.6g 蛋白質 18.1g 脂質 8.8g 食塩 0.9g	輸入豚 ウデカット  海草サラダ(乾) (冷)きざみあげ,白味噌	たまねぎ,(冷)きぬさやスライス キャベツ,ホールコーン(冷) 特大根,青ねぎ	米 じゃがいも メークイン,上白糖 キャノーラ油 ごま醤油ドレッシング	こいくちしょうゆ ・みりん風調味料,料理酒 出汁
29	木	ごはん にこみはんぱーぐ すばげていさらだ ぼとふ	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ あまなつよーぐるとけーき ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L 昭和ホットケーキミックス,がせりヨーグルト,甘夏みかん缶 上白糖,無塩バター,冷凍ホイップ 牛乳・1L	エネルギー 717kcal 炭水 96.9g 蛋白質 24.5g 脂質 27.1g 食塩 1.8g	エネルギー 577kcal 炭水 78.4g 蛋白質 19.5g 脂質 21.6g 食塩 1.6g	輸入合挽ミンチ,凍結全卵 ウィンナー斜めスライス	冷凍玉ねぎみじん切りIQF きゅうり,にんじん,ホールコーン(冷) にんじん,たまねぎ,(冷)ミニブロッコリー,パセリ	米 ソフトパン粉,キャノーラ油,上白糖 スパゲティ,卵黄マヨネーズ ばれいしょ	食塩,とんかつソース ブイオンM(アレルゲンフリー),ケチャップ 食塩 ブイオンM(アレルゲンフリー),食塩
30	金	むぎごはん しろみざかなのやさいあん さといものそぼろに みそしる おれんじ	みれーびすけつと ぎゅうにゅう ちんすこう ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L 小麦粉,サラダ油 上白糖 牛乳・1L	エネルギー 532kcal 炭水 89.4g 蛋白質 21.6g 脂質 11.5g 食塩 1.3g	エネルギー 439kcal 炭水 72.4g 蛋白質 17.1g 脂質 10.5g 食塩 0.9g	骨なしホキ 30g 豚ミンチ あわせるのがみそ	たまねぎ,ピーマン,にんじん にんじん,(冷)いんげんカット キャベツ,青ネギ オレンジ	米,押麦 小麦粉,サラダ油,片栗粉 里芋 1/4カット(冷),上白糖 切麩	食塩,料理酒,こいくちしょうゆ,みりん風調味料 こいくちしょうゆ,出汁 出汁
31	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	おたのしみ ぎゅうにゅう	ウエハース 鉄の国のアリス パニラ 牛乳・1L	エネルギー 572kcal 炭水 95.7g 蛋白質 19.0g 脂質 14.8g 食塩 1.2g	エネルギー 440kcal 炭水 72.4g 蛋白質 14.7g 脂質 12.2g 食塩 1.0g	二度挽き豚ミンチ,ひじき 豆腐(ソフト),(冷)きざみあげ,わかめカット,白味噌 牛乳・1L	ホールコーン,ピーマン (集)たまねぎ,にんじん にんじん バナナ L	米,サラダ油	ブイオンM(アレルゲンフリー) こいくちしょうゆ 出汁 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。