

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	金	ごはん とりにくのぴざやき いんげんとたまごのそーはくさいのすーぷ	みれーびすけっと ぎゅうにゅう りんごむしぱん 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,サラダ油 有機豆乳無調整,りんごダイス 牛乳・1L	エネルギー 589kcal 蛋白質 29.6g 脂質 19.4g カルシウム 319mg 食塩 1.7g	エネルギー 480kcal 蛋白質 23.3g 脂質 16.4g カルシウム 251mg 食塩 1.7g	鶏モモ皮なし ナチュラルチーズ 凍結全卵 500G 豆乳(無調整)	たまねぎ,ピーマン (冷)ミニブロッコリー (冷)カットいんげん,にんじん はくさい,しめじ,青ねぎ	米 サラダ油	食塩,ケチャップ・チューブ 食塩,ブイヨンM (アレルゲンフリー) ブイヨンM (アレルゲンフリー)
2	土	やきそば ぐだくさんすーぷ ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 599kcal 蛋白質 30.0g 脂質 15.7g カルシウム 354mg 食塩 1.1g	エネルギー 495kcal 蛋白質 24.4g 脂質 13.1g カルシウム 302mg 食塩 1.0g	豚こま・M,糸かつお,あおさ粉 豆腐(ソフト) 牛乳・1L	たまねぎ,ピーマン,にんじん キャベツ,もやし はくさい,干しシイタケ,にんじん バナナ L	蒸し中華そば,サラダ油	焼そばソース やさしい味わいのガラスープ,こいくちしょうゆ
4	月	ごはん ぶたにくのしょうがいため わかめとこーんのすのもの みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう かぼちゃすこーん ぎゅうにゅう	Nアツパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L なんきん,昭和ホットケーキミックス 牛乳・1L,無塩バター 牛乳・1L	エネルギー 546kcal 蛋白質 22.3g 脂質 16.3g カルシウム 274mg 食塩 1.5g	エネルギー 435kcal 蛋白質 17.6g 脂質 13.1g カルシウム 215mg 食塩 1.3g	豚こま・M わかめ・カット (冷)きざみあげ,あわせるのがみそ	たまねぎ,にんじん (冷)カットいんげん もやし,きゅうり,ホールコーン(冷) 冷凍蒸小松菜(カット)	米 サラダ油,上白糖 上白糖	こいくちしょうゆ 本みりん,料理酒 酢(穀物酢),食塩,こいくちしょうゆ 出汁
5	火	むぎごはん のりしおからあげ ぼてとさらだ みそしる	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう ふる一つぜりー ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L クールゼリーの素,みかん缶 パイン缶,黄桃ダイスカット 牛乳・1L	エネルギー 560kcal 蛋白質 21.8g 脂質 19.0g カルシウム 195mg 食塩 1.2g	エネルギー 424kcal 蛋白質 14.3g 脂質 13.2g カルシウム 163mg 食塩 1.0g	国産・鶏モモ肉,あおさ粉 ライトツナ水煮フレーク わかめ・カット,あわせるのがみそ	土生姜 にんじん,きゅうり 大根,たまねぎ,冷凍カットえのき	米,押麦 片栗粉,小麦粉,キャノーラ油 じゃがいも メーカーイン(生),卵黄マヨネーズ	食塩 出汁
6	水	ろーるぱん みーとおむれつ ぐりーんさらだ こーんすーぷ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醬油せんべい 牛乳・1L 米,三島・ゆかり 巻のり・2g 牛乳・1L	エネルギー 585kcal 蛋白質 26.6g 脂質 22.5g カルシウム 262mg 食塩 2.6g	エネルギー 477kcal 蛋白質 21.4g 脂質 18.2g カルシウム 282mg 食塩 2.2g	鶏卵・MS シュリンク,二度挽豚ミンチ マリナチュラルチーズ S 無調整豆乳	冷凍玉ねぎみじん切りIQF ダイスにんじん,パセリ キャベツ,(冷)ブロッコリー,きゅうり,にんじん 冷凍玉ねぎみじん切,ホールコーン(冷),パセリ	ロールパン ダイスポテト サラダ油,上白糖	・精製塩 ケチャップ・チューブ こいくちしょうゆ,穀物酢 コーンクリームポタージュポタージュ,ブイヨンM (アレルゲンフリー),食塩
7	木	ごはん しろみぎかなのねぎまよやき きゃべつとういんなーいため みそしる ばなな	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう ぎゅうにゅうかんてん ぎゅうにゅう	キンビス アスパラガスビスケット 牛乳・1L イナシヨク 牛乳寒天の素 水,牛乳・1L,みかん缶 牛乳・1L	エネルギー 511kcal 蛋白質 21.3g 脂質 14.4g カルシウム 311mg 食塩 1.7g	エネルギー 403kcal 蛋白質 16.5g 脂質 11.9g カルシウム 254mg 食塩 1.2g	骨なしホキ 60g ウィンナー斜めスライス プチ豆腐,わかめ・カット,白味噌	青ねぎ キャベツ,にんじん,(冷)イエローピーメント スライス たまねぎ バナナ L	米 卵黄マヨネーズ サラダ油	料理酒,こいくちしょうゆ 食塩 出汁
8	金	ちゅうかどん さつまいものごまあんかけ むあすーぷ	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ぼっぷこーん ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L ポップコーン,サラダ油 食塩 牛乳・1L	エネルギー 562kcal 蛋白質 24.1g 脂質 14.9g カルシウム 231mg 食塩 1.1g	エネルギー 457kcal 蛋白質 19.4g 脂質 12.6g カルシウム 183mg 食塩 1.6g	豚こま・M IQFチャンポン蒲鉾R 国産鶏ミンチ,鶏卵・M シュリンク	(集)たまねぎ,はくさい,冷凍シイタケスライス にんじん,麻竹水煮・一号缶 にんじん 青ネギ,ホールコーン(冷)	米,サラダ油,片栗粉 さつま芋,黒ごま(いり),上白糖,片栗粉 春雨・緑豆	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,食塩,水
9	土	みそそばろどん ぐだくさんしる ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 683kcal 蛋白質 27.9g 脂質 20.0g カルシウム 286mg 食塩 0.8g	エネルギー 551kcal 蛋白質 22.3g 脂質 16.8g カルシウム 246mg 食塩 0.7g	二度挽き豚ミンチ,赤味噌 プチ豆腐 牛乳・1L	冷凍玉ねぎみじん切り ダイスにんじん,(冷)いんげん,土生姜 (冷)さがきごぼう,干しシイタケ,青ネギ,人参,玉ねぎ バナナ L	米,サラダ油,上白糖	こいくちしょうゆ,料理酒 みりん風調味料 出汁,こいくちしょうゆ
11	月	やまのひ								
12	火	おやこどん ぶろっこりーのおかかあえ みそしる	ふいんがーびすけっと ぎゅうにゅう りんごどーなつ おちや	ビスケット(ハード) 牛乳・1L リングドーナツ カルシウム入りプレーン お茶	エネルギー 492kcal 蛋白質 22.6g 脂質 13.4g カルシウム 275mg 食塩 1.5g	エネルギー 431kcal 蛋白質 19.8g 脂質 13.2g カルシウム 295mg 食塩 1.4g	鶏モモ皮なし 小切り 鶏卵 M・P 糸かつお プチ豆腐,あわせるのがみそ	(集)たまねぎ,冷凍しいたけスライス (冷)きぬさやスライス (冷)ミニブロッコリー,にんじん 冷凍カットえのき,冷凍蒸小松菜(カット)	米,上白糖 上白糖	こいくちしょうゆ 本みりん,料理酒,出汁 こいくちしょうゆ 出汁
13	水	はやしらいす こーるすろーさらだ みかんかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう よーぐると おちや	カルシウム 甘醬油せんべい 牛乳・1L コアコアプラス お茶	エネルギー 465kcal 蛋白質 16.4g 脂質 11.3g カルシウム 299mg 食塩 1.1g	エネルギー 410kcal 蛋白質 14.9g 脂質 11.2g カルシウム 376mg 食塩 1.1g	豚こま・M わかめ・カット あわせるのがみそ	にんじん,(集)たまねぎ 冷凍ぶなしめじ,パセリS缶 キャベツ,きゅうり,にんじん,ホールコーン(冷) 和歌山産 みかん缶 1号缶	米,サラダ油 とろけるハヤシフレーク エスビ コールスロートレッシング・300ml	ケチャップ・チューブ,水
14	木	やきうどん はくさいのごまあえ みそしる	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう おせんべい おちや	キンビス アスパラガスビスケット 牛乳・1L ぱりんこ お茶	エネルギー 341kcal 蛋白質 15.1g 脂質 7.5g カルシウム 72mg 食塩 2.2g	エネルギー 310kcal 蛋白質 14.1g 脂質 8.6g カルシウム 130mg 食塩 1.7g	豚こま・M,花かつお・並 わかめ・カット あわせるのがみそ	キャベツ,(集)たまねぎ にんじん はくさい,にんじん 切干大根,青ねぎ	冷凍うどん200 C/S サラダ油,サラダ油 ス)いりごま・白,上白糖	麺つゆ こいくちしょうゆ・500ml 出汁
15	金	ごもくやきめし にんじんしりしり ほうれんそうのすましじる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう ばうむくーへん おちや	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L 扇バウム 5個入 お茶	エネルギー 450kcal 蛋白質 14.1g 脂質 12.5g カルシウム 47mg 食塩 1.0g	エネルギー 405kcal 蛋白質 13.5g 脂質 12.7g カルシウム 95mg 食塩 0.9g	二度挽き豚ミンチ,ひじき ライトツナ水煮フレーク	ホールコーン(冷),たまねぎ にんじん,ピーマン にんじん 冷 刻みほうれん草,たまねぎ	米,純正胡麻油・130g 上白糖,すり・ごま白	やさしい味わいのガラスープ こいくちしょうゆ・500ml 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,食塩

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
16	土	にくいためどんぐだくさんみそしる			エネルギー 559kcal 蛋白質 27.4g 脂質 11.9g カルシウム 360mg 食塩 1.2g	エネルギー 454kcal 蛋白質 21.7g 脂質 10.1g カルシウム 306mg 食塩 1.0g	輸入豚 ウデカット豆腐(ソフト) わかめ・カット,白味噌 牛乳・1L	キャベツ,たまねぎ,にんじん,土生姜(冷)ささがきごぼう,干しシイタケスライス 冷刻みほうれん草,にんじん バナナ L	米,J 一番搾りキャノーラ油,上白糖	こいくちしょうゆ,本みりん 出汁
18	月	ごはん くろはんぺんふらい まかにさらだ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう おれんじゼリー	N7アンパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L ゼリー オレンジ(素)伊那カップ 水,みかん缶・1号缶 牛乳・1L	エネルギー 546kcal 蛋白質 17.7g 脂質 12.6g カルシウム 239mg 食塩 1.7g	エネルギー 431kcal 蛋白質 13.9g 脂質 10.1g カルシウム 188mg 食塩 1.2g	黒はんぺん 凍結全卵 500G わかめ・カット,ブチ豆腐,あわせるのがみそ	きゅうり,にんじん,ホールコーン(冷) たまねぎ	米 ・小麦粉(薄力粉1等) 白パン粉 2Kg,サラダ油 マカロニ,卵黄マヨネーズ	減塩中濃ソース(ブルドック) 出汁
19	火	わかめごはん さかなのもみじやき ごもくだいず みそしる すいか	ふいながーびすけっと ぎゅうにゅう さつまいもむしぱん	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 無調整豆乳,さつま芋 牛乳・1L	エネルギー 529kcal 蛋白質 21.0g 脂質 14.7g カルシウム 265mg 食塩 1.7g	エネルギー 435kcal 蛋白質 16.8g 脂質 12.8g カルシウム 236mg 食塩 1.5g	骨なしホキ 30g 水煮大豆1kg 白味噌	混ぜ込みわかめ わかめ180g にんじん,パセリ(乾) 冷凍しいたけ,にんじん,(冷)いんげん 大根,青ねぎ,(冷)カット小松菜 すいか・M	米 卵黄マヨネーズ,すりごま黒 つきこん,上白糖	食塩,料理酒 出汁,こいくちしょうゆ 出汁
20	水	ひやしちゅうか しゅーまい きゃべつとあすぱらのさらだ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう すいかくつきー	カルシウム 甘醬油せんべい 牛乳・1L 小麦粉,上白糖,無塩バター,黒ごま 無調整豆乳,食紅,まっ茶 牛乳・1L	エネルギー 535kcal 蛋白質 20.1g 脂質 19.7g カルシウム 211mg 食塩 2.1g	エネルギー 449kcal 蛋白質 16.7g 脂質 16.5g カルシウム 259mg 食塩 1.8g	刻みハム,錦糸玉子 わかめ・カット シューマイ	きゅうり,トマト キャベツ,にんじん,ホールコーン(冷) (冷)グリーンアスパラ	冷徳得ラーメン (GS) ス)白ドレッシング	冷やし中華のツユ しょうゆ(ミツカン) 
21	木	ごはん とりのあつぷるじんじゃーやき いんげんさらだ たまごすーぷ	どうぶつびすけっと ぎゅうにゅう つなまよーすと	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L 食パン50g,卵黄マヨネーズ 冷凍玉ねぎみじん切り,シーチキン 牛乳・1L	エネルギー 616kcal 蛋白質 27.8g 脂質 25.1g カルシウム 222mg 食塩 1.9g	エネルギー 468kcal 蛋白質 20.6g 脂質 18.8g カルシウム 184mg 食塩 1.7g	鶏モモ20g 刻みハム 鶏卵 M・P	にんにくチューブ,土生姜,ホールコーン(冷) (冷)カットいんげん,にんじん ホールコーン(冷) たまねぎ,冷凍カットえのき,(冷)ちんげん菜カット	米 リンゴジャム(減糖),上白糖 卵黄マヨネーズ	こいくちしょうゆ,料理酒 ブイヨンM(アレルゲンフリー),食塩
22	金	★せかいのりょうり にほん★ むぎごはん とんかつ ほうれんそうのおひたし みそしる	みれーびすけっと ぎゅうにゅう どらやき	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,加藤こしあん 純粋はちみつ,みりん,風調味料,水 牛乳・1L	エネルギー 536kcal 蛋白質 23.2g 脂質 16.7g カルシウム 261mg 食塩 1.4g	エネルギー 440kcal 蛋白質 18.5g 脂質 13.6g カルシウム 209mg 食塩 1.1g	豚ロース 30G 花かつお・並 (冷)きざみあげ,あわせるのがみそ	(冷)ほうれん草,にんじん 特大根,しめじ,青ねぎ	米,押麦 小麦粉,白パン粉,サラダ油 上白糖	水,とんかつソース 出汁,こいくちしょうゆ 出汁
23	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 729kcal 蛋白質 34.0g 脂質 20.9g カルシウム 929mg 食塩 1.0g	エネルギー 592kcal 蛋白質 27.0g 脂質 17.6g カルシウム 768mg 食塩 1.0g	豚こま・M,鶏卵 豆腐(ソフト),(冷)きざみあげ あわせるのがみそ 牛乳・1L	(集)たまねぎ キャベツ,干しシイタケ ごぼう,にんじん,青ねぎ 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
25	月	ごはん なすいりまーぼーどうふ ちんげんさいのあえもの ちゅうかすーぷ	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ここあばななけーき	N7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,サラダ油 無調整豆乳,上白糖,ココアパウダー(無糖),バナナ 牛乳・1L	エネルギー 566kcal 蛋白質 20.4g 脂質 17.9g カルシウム 271mg 食塩 1.6g	エネルギー 451kcal 蛋白質 16.1g 脂質 14.0g カルシウム 209mg 食塩 1.3g	ブチ豆腐,二度挽豚ミンチ 赤だしみそ	なす,ダイス人参,冷凍玉ねぎみじん切り 青ねぎ,おろししょうがチューブ (冷)ちんげん菜,もやし,にんじん はくさい,ホールコーン(冷)	米 サラダ油,上白糖,片栗粉 純正胡麻油・170g 上白糖 いりごま・白	やさしい味わいのガラスープ こいくちしょうゆ,料理酒 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
26	火	しよくばん ぼーくちやつぷ ぶろっこりーさらだ だいこんのすーぷ	ふいながーびすけっと ぎゅうにゅう おにぎり	ビスケット(ハード) 牛乳・1L 米,巻のり・2g 鉄ふりかけ鰹 牛乳・1L	エネルギー 521kcal 蛋白質 24.7g 脂質 15.9g カルシウム 234mg 食塩 2.3g	エネルギー 444kcal 蛋白質 20.8g 脂質 12.9g カルシウム 193mg 食塩 2.1g	豚こま・M	(集)たまねぎ 冷凍ぶなしめじ,にんじん,パセリ (冷)ブロッコリー,きゅうり,にんじん 大根,キャベツ,ホールコーン(冷),パセリ	食パン50g 上白糖,サラダ油 卵黄マヨネーズ	食塩,ケチャップ,とんかつソース ブイヨンM(アレルゲンフリー) ブイヨンM(アレルゲンフリー),こいくちしょうゆ,食塩
27	水	むぎごはん さばのてりに ほうれんそうとしめじのあえもの みそしる ももかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう きなこらすく	カルシウム 甘醬油せんべい 牛乳・1L 超熟食パン(8枚),上白糖 きな粉・P,有塩バター 牛乳・1L	エネルギー 577kcal 蛋白質 23.2g 脂質 19.9g カルシウム 242mg 食塩 1.8g	エネルギー 474kcal 蛋白質 18.3g 脂質 16.2g カルシウム 267mg 食塩 1.4g	骨なしサバ 60g 白味噌	白ねぎ KG (冷)ほうれん草,にんじん,冷凍ぶなしめじ たまねぎ,青ねぎ 黄桃ダイスカット 1800g	米,押麦 上白糖 上白糖 切麴	みりん,風調味料,料理酒,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 出汁
28	木	ひまわりらいす すまいるぼてと おくらのつなあえ	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・1L	エネルギー 688kcal 蛋白質 23.1g 脂質 21.1g カルシウム 210mg 食塩 2.4g	エネルギー 548kcal 蛋白質 18.2g 脂質 17.0g カルシウム 173mg 食塩 2.1g	豚こま・M シーチキンLチャック 1kg	にんじん,(集)たまねぎ (冷)オクラ,にんじん	米 ばれいしょ・メークイン,サラダ油 スマイルポテト 4LB マッケインフーズ,サラダ油 上白糖	* サフランライスの素 とろけるカレーフレーク甘口 こいくちしょうゆ
29	金	ごはん とりすき ひじきとえだまめのさらだ 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(サンコー) 牛乳・1L	エネルギー 572kcal 蛋白質 29.6g 脂質 18.4g カルシウム 485mg 食塩 1.5g	エネルギー 461kcal 蛋白質 23.8g 脂質 15.4g カルシウム 399mg 食塩 1.4g	鶏モモ皮なし 小切り 焼とうふ ひじき あわせるのがみそ	冷凍しいたけスライス (集)たまねぎ,はくさい,青ねぎ (冷)むき枝豆,にんじん,ホールコーン(冷) 冷凍蒸小松菜(カット),もやし	米 こんにゃく・糸 1kg 上白糖 上白糖,卵黄マヨネーズ	こいくちしょうゆ 本みりん,料理酒 こいくちしょうゆ,出汁 出汁
30	土	つなびらふ ぐだくさんすーぷ ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 460kcal 蛋白質 16.6g 脂質 8.2g カルシウム 192mg 食塩 1.2g	エネルギー 375kcal 蛋白質 13.2g 脂質 7.2g カルシウム 172mg 食塩 1.6g	ライツナ水煮フレーク 牛乳・1L	冷凍玉ねぎみじん切り,ホールコーン,人参,(冷)グリーンピース (冷)ブロッコリー,キャベツ,にんじん しめじ,冷凍しいたけスライス バナナ L	米,サラダ油	ブイヨンM(アレルゲンフリー),こいくちしょうゆ,食塩 こいくちしょうゆ,ブイヨンM(アレルゲンフリー) こいくちしょうゆ・500ml

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。