



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			
				幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
2月	ごはん なすとぶたにくのみそいため	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 508kcal 蛋白質 20.4g 脂質 13.7g カルシウム 226mg 食塩 1.4g	エネルギー 432kcal 蛋白質 16.4g 脂質 11.5g カルシウム 179mg 食塩 1.2g	豚小間(ウデ),白味噌	冷凍揚げなすカット キャベツ,たまねぎ はくさい,(冷)ほうれん草カット,にんじん,切のり しめじ,青ねぎ	米 J 一番搾りキャノーラ油 上白糖 上白糖 そうめん	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,食塩,こいくちしょうゆ
	はくさいのいそあえ にゅうめん	ぼんがし ぎゅうにゅう	お米丸のお米のポン菓子 牛乳・1L	エネルギー 667kcal 蛋白質 27.3g 脂質 24.0g カルシウム 274mg 食塩 1.5g	エネルギー 533kcal 蛋白質 21.3g 脂質 19.0g カルシウム 225mg 食塩 1.4g	鶏モモ皮なし,錦糸卵 ウィンナー斜めスライス タレなし肉団子 水煮大豆1kg 木綿豆腐	たまねぎ,にんじん (冷)グリーンピース キャベツ,にんじん,きゅうり だいこん,青ネギ	米 上白糖,片栗粉 白ドレッシング	ブイヨンM(アレルギーフリー) ケチャップ・チューブ こいくちしょうゆ 出汁,食塩,こいくちしょうゆ
3火	おにっころいす てりににくだんご だいでさらだ とうふのすましじる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L	エネルギー 667kcal 蛋白質 27.3g 脂質 24.0g カルシウム 274mg 食塩 1.5g	エネルギー 533kcal 蛋白質 21.3g 脂質 19.0g カルシウム 225mg 食塩 1.4g	鶏モモ皮なし,錦糸卵 ウィンナー斜めスライス タレなし肉団子 水煮大豆1kg 木綿豆腐	たまねぎ,にんじん (冷)グリーンピース キャベツ,にんじん,きゅうり だいこん,青ネギ	米 上白糖,片栗粉 白ドレッシング	ブイヨンM(アレルギーフリー) ケチャップ・チューブ こいくちしょうゆ 出汁,食塩,こいくちしょうゆ
	むぎごはん さばのにつけ ほうれんそうのおかかあえ みそしる ばなな	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・1L	エネルギー 535kcal 蛋白質 22.3g 脂質 13.9g カルシウム 214mg 食塩 1.6g	エネルギー 433kcal 蛋白質 17.6g 脂質 11.1g カルシウム 241mg 食塩 1.3g	骨なしサバ 60g 糸かつお 100g わかめ・カット,白味噌	オロシ 生しょうが チューブ (冷)ほうれん草,もやし,にんじん たまねぎ バナナ L	米,押麦 上白糖 上白糖 里芋 1/4カット(冷)	本みりん,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 出汁
5木	ごはん ぶたにくのしょうがいため わふうまからにさらだ みそしる	どうぶつびすけつと 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 470kcal 蛋白質 17.7g 脂質 8.4g カルシウム 110mg 食塩 1.3g	エネルギー 410kcal 蛋白質 16.0g 脂質 9.0g カルシウム 159mg 食塩 1.1g	豚小間(ウデ) 花鰹 白味噌	たまねぎ,にんじん,(冷)ピーマン,しょうがチューブ きゅうり,にんじん,ホールコーン(冷) (冷)カット小松菜,(冷)えのきカット	米 上白糖,キャノーラ油 マカロニ,上白糖,ごま油 さつまいも	こいくちしょうゆ,料理酒 こいくちしょうゆ 出汁
	まーぼーどん はるさめのすのもの わかめとはくさいのすーぷ りんご	みれーびすけつと ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L	エネルギー 660kcal 蛋白質 20.4g 脂質 20.7g カルシウム 246mg 食塩 1.6g	エネルギー 547kcal 蛋白質 16.5g 脂質 17.5g カルシウム 199mg 食塩 1.3g	プチ豆腐 二度挽き豚ミンチ,白味噌 刻みハム,錦糸玉子 わかめ・カット	冷凍玉ねぎみじん切りIQF 青ねぎ,土生姜 きゅうり,にんじん 1kg はくさい,もやし リンゴ	米,上白糖,片栗粉 調合ごま油 国産春雨カット,上白糖,白ごま,ごま油	やさしい味わいのガラスープ こいくちしょうゆ,料理酒 米酢,こいくちしょうゆ やさしい味わいのガラスープ,食塩
7土	ごもくやきめし ぐだくさんすーぷ ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 529kcal 蛋白質 16.4g 脂質 12.0g カルシウム 670mg 食塩 1.1g	エネルギー 434kcal 蛋白質 13.4g 脂質 10.5g カルシウム 552mg 食塩 1.0g	豚ミンチ 1 牛乳・1L	ホールコーン(冷),干しシイタケ,たまねぎ,人参 なんきん,たまねぎ,青菜 干しシイタケスライス バナナ L	米,キャノーラ油 国産春雨	ブイヨンM(アレルギーフリー),食塩,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,ブイヨンM(アレルギーフリー),食塩
	ごはん ぶただいこんとあつあげに あおなとたまごのいためもの みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう	Nアンパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L	エネルギー 503kcal 蛋白質 22.1g 脂質 12.9g カルシウム 286mg 食塩 1.3g	エネルギー 419kcal 蛋白質 17.8g 脂質 10.8g カルシウム 227mg 食塩 1.2g	豚こま・M 絹厚揚げ四角10g 凍結全卵 500G 白味噌	特・大根,にんじん 冷凍ぶなしめじ,(冷)インゲン (冷)カット小松菜,にんじん 青ねぎ,キャベツ	米 サラダ油,上白糖 花麩	こいくちしょうゆ・500ml みりん風調味料,出汁 こいくちしょうゆ,食塩 出汁
10火	★ひまわりぐみりくえすとめにゅー★ らーめん からあげ ぶろっこりーのちゅうかさらだ	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L	エネルギー 611kcal 蛋白質 26.8g 脂質 16.1g カルシウム 253mg 食塩 2.4g	エネルギー 471kcal 蛋白質 20.4g 脂質 11.6g カルシウム 212mg 食塩 1.7g	豚こま・M,なると巻 やわらか鶏もも唐揚げ(30個入)	はくさい,もやし,にんじん ホールコーン(冷),(冷)チンゲン菜カット (冷)ミニブロッコリー,(冷)ミカリフラワー,にんじん	冷徳得ラーメン (OS) 純正胡麻油・170g,上白糖	醤油ラーメンスープ,水 こいくちしょうゆ,穀物酢
	けんこくきねんび								
12木	むぎごはん しろみざかなのこうみやき きりぼしだいこんさらだ とんじる ももかん	どうぶつびすけつと 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 593kcal 蛋白質 21.1g 脂質 11.8g カルシウム 313mg 食塩 1.3g	エネルギー 478kcal 蛋白質 16.8g 脂質 9.8g カルシウム 253mg 食塩 0.9g	骨なしホキ 浜しぐれ(スギヨ) 豚小間(ウデ),プチ豆腐,白味噌	土生姜,青ねぎ 切干大根,きゅうり,にんじん にんじん,もやし,青ネギ 黄桃ダイスカット	米,押麦 白ごま150g 卵黄マヨネーズ 里芋 1/4カット(冷)	こいくちしょうゆ,みりん,料理酒 出汁
	ろーるばん はーとんころつけ ぐりーんさらだ くりーむしちゅー	みれーびすけつと ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L	エネルギー 718kcal 蛋白質 25.9g 脂質 30.0g カルシウム 368mg 食塩 2.3g	エネルギー 594kcal 蛋白質 20.8g 脂質 25.0g カルシウム 292mg 食塩 2.0g	輸入鶏モモ肉,牛乳・1L	キャベツ,(冷)ミニブロッコリー,きゅうり にんじん,たまねぎ,(冷)グリーンピース	ロールパン ハートのロquette・ミート50,キャノーラ油 白ドレッシング ばれいしょ・メークイン クリームシチューの素	減塩中濃ソース
14土	そぼろどん ぐだくさんみそしる ばなな ぎゅうにゅう			エネルギー 618kcal 蛋白質 22.0g 脂質 17.6g カルシウム 1173mg 食塩 1.3g	エネルギー 505kcal 蛋白質 17.7g 脂質 14.9g カルシウム 956mg 食塩 1.1g	国産鶏ミンチ プチ豆腐,わかめ・カット 白味噌 牛乳・1L	たまねぎ,ミックスベジタブル,生姜チューブ たまねぎ,干しシイタケ,もやし,にんじん バナナ L	米,キャノーラ油,上白糖	こいくちしょうゆ,料理酒 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				
				幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他	
16月	ごはん とりのあつぷるじんじゃーやき ぼばいさらだ かぶのすーぶ	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう こーんふれーくつきー ぎゅうにゅう	Nアパンマンのソフトせんべい 牛乳・1L 小麦粉,ベーキングパウダー,上白糖,牛乳 無塩バター,コーンフレーク,レーズン 牛乳・1L	エネルギー 645kcal 蛋白質 24.1g 脂質 23.5g カルシウム 254mg 食塩 1.7g	エネルギー 519kcal 蛋白質 17.8g 脂質 18.3g カルシウム 200mg 食塩 1.3g	鶏モモ20g シーチキン1パック 1kg	にんにくチューブ,しょうがチューブ,ホールコーン(冷) (冷)ほうれん草カット,にんじん,たまねぎ 冷凍かぶ乱切り,たまねぎ,えのき,青ネギ	米 小島リンゴジャム,上白糖 卵黄マヨネーズ,上白糖,白ごま(すり)	こいくちしょうゆ,料理酒 食塩,酢(穀物酢) ブイヨンM(アレルギーフリー),食塩,水	
17火	わかめごはん とうふいりごもくたまごやき さといもとベーこんのもの みそしる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう にんじんどーなつ 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 人参ペースト,水,上白糖 牛乳・1L	エネルギー 571kcal 蛋白質 25.0g 脂質 16.5g カルシウム 321mg 食塩 2.6g	エネルギー 471kcal 蛋白質 20.1g 脂質 13.6g カルシウム 266mg 食塩 2.1g	木綿豆腐,凍結全卵 鶏ミンチ P,ひじき IQFベーコン短冊 白味噌	混ぜ込みわかめ わかめ 冷凍玉ねぎみじん切り,(冷)ダイス人参 (冷)シイタケ,(冷)絹さやスライス にんじん,(冷)カットいんげん しめじ,(冷)カット小松菜,青ネギ	米 上白糖 里芋 1/4カット(冷),上白糖	食塩,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,出汁	
18水	ごはん たんどりーちきん じゃーまんぼてと たまごすーぶ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ぎゅうにゅうかんてん せんべい	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳・1L イナシヨク 牛乳寒天の素,水 牛乳,みかん缶 ぱりんこ減塩	エネルギー 521kcal 蛋白質 21.3g 脂質 16.5g カルシウム 158mg 食塩 1.6g	エネルギー 441kcal 蛋白質 17.6g 脂質 14.3g カルシウム 264mg 食塩 1.4g	鶏モモ,ヨーグルト ベーコン 凍結全卵,木綿豆腐	にんにく たまねぎ,パセリ(乾) はくさい,にんじん,パセリ(乾)	米 ばれいしょ	こいくちしょうゆ,カレー粉,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)	
19木	ごはん さかなのやさいあんかけ かぼちゃのごまがらめ みそしる ぱいんかん	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう けーくされ 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,無調整豆乳,サラダ油 ベーコン短冊,(冷)ほうれん草,(冷)南瓜,にんじん 牛乳・1L	エネルギー 570kcal 蛋白質 22.7g 脂質 12.4g カルシウム 283mg 食塩 1.6g	エネルギー 468kcal 蛋白質 18.0g 脂質 10.4g カルシウム 232mg 食塩 1.3g	骨なしホキ 木綿豆腐,(冷)きざみあげ,白味噌	たまねぎ,にんじん,(冷)チンゲン菜カット,えのき 西洋かぼちゃ(生) 青ねぎ サニーサイド*パインチビット	米 小麦粉,上白糖,片栗粉 片栗粉,キャノーラ油,上白糖,すりごま白	食塩,料理酒,こいくちしょうゆ,みりん こいくちしょうゆ,みりん 出汁	
20金	せかいのりょうり★ろしあ びーふすとろがのふ おりびえさらだ やさいすーぶ	みれーびすけつと ぎゅうにゅう びろしきふう 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,無塩バター,牛乳 豚ミンチ,キャベツ,たまねぎ,人参,食塩,サラダ油 牛乳・1L	エネルギー 677kcal 蛋白質 21.9g 脂質 25.5g カルシウム 264mg 食塩 2.6g	エネルギー 564kcal 蛋白質 17.9g 脂質 21.6g カルシウム 212mg 食塩 2.1g	牛 肩ロース,生クリーム とりさきみ水煮フレーク,サラダチーズ	たまねぎ,マッシュルーム,にんにくチューブ ダイストマト,パセリ(乾) にんじん,ホールコーン(冷) だいこん,(冷)チンゲン菜カット,キャベツ	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	ハヤシルウ,水 ブイヨンM(アレルギーフリー),食塩,水	
21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 674kcal 蛋白質 31.0g 脂質 22.6g カルシウム 1009mg 食塩 1.2g	エネルギー 552kcal 蛋白質 24.7g 脂質 18.8g カルシウム 824mg 食塩 1.0g	豚こま,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 はくさい,にんじん,干しシイタケ (冷)ほうれん草カット バナナ L	米,上白糖	こいくちしょうゆ,みりん,料理酒,出汁 出汁	
23月	てんのうたんじょうび									
24火	ごはん さかなのしおこうじやき つなじゃが みそしる おれんじ	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう きなこくりーむぱん ぎゅうにゅう	ビスケット(ハード) 牛乳・1L ロールパン,きな粉,上白糖 小麦粉,無調整豆乳 牛乳・1L	エネルギー 557kcal 蛋白質 26.5g 脂質 14.3g カルシウム 236mg 食塩 1.5g	エネルギー 458kcal 蛋白質 21.1g 脂質 11.7g カルシウム 198mg 食塩 1.2g	骨なしサワラ ライトツナ水煮フレーク プチ豆腐,白味噌	(冷)ブロッコリー たまねぎ,にんじん,(冷)絹さやスライス (冷)ほうれん草カット,もやし オレンジ	米 ばれいしょ,糸こんにゃく,上白糖	ハナマルキ 業務用液体塩こうじ 出汁,こいくちしょうゆ,みりん,料理酒 出汁	
25水	しょくぱん てりまよちきん こーるすーさらだ ぼとふ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ ふー一つぱふえ 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,サラダ油,無調整豆乳,黄桃缶,みかん缶 パン缶,冷凍ホイップ,コーンフレーク,カラースプレー 牛乳・1L	エネルギー 558kcal 蛋白質 24.2g 脂質 26.1g カルシウム 217mg 食塩 2.1g	エネルギー 462kcal 蛋白質 19.0g 脂質 20.2g カルシウム 245mg 食塩 1.9g	鶏モモ プレスハム	乾燥パセリ・缶 キャベツ,にんじん きゅうり,(冷)ホールコーン たまねぎ,にんじん,(冷)ミニブロッコリー,パセリ(乾)	食パン50g 卵黄マヨネーズ キャノーラ油,上白糖	こいくちしょうゆ,みりん,料理酒 穀物酢,食塩 ブイヨンM(アレルギーフリー),食塩	
26木	ごはん れんこんいりわふうはんぱーぐ にんじんしりしり みそしる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう すいーとぱんぶきん ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳・1L 西洋かぼちゃ,無塩バター 上白糖,牛乳,黒ゴマ(いり) 牛乳・1L	エネルギー 577kcal 蛋白質 23.2g 脂質 19.0g カルシウム 257mg 食塩 1.3g	エネルギー 470kcal 蛋白質 19.0g 脂質 15.5g カルシウム 214mg 食塩 1.1g	豚ミンチ,木綿豆腐,凍結全卵 ライトツナ水煮フレーク 白味噌	冷凍玉ねぎみじん切り,レンコン水煮ホール (冷)ミニブロッコリー にんじん,ホールコーン(冷) 大根,(冷)チンゲン菜カット,たまねぎ	米 白パン粉 2Kg,上白糖 J 一番搾りキャノーラ油	食塩,とんかつソース ケチャップ・チューブ 料理酒,こいくちしょうゆ,食塩 出汁	
27金	ごはん すきやきふう いんげんのごまあえ みそしる ばなな	みれーびすけつと ぎゅうにゅう ぶどうゼリー ぎゅうにゅう	ミレービスケット(サンコー) 牛乳・1L ぶどうゼリーの素,水 ぶどう缶詰 牛乳・1L	エネルギー 534kcal 蛋白質 21.4g 脂質 13.2g カルシウム 316mg 食塩 1.1g	エネルギー 444kcal 蛋白質 17.4g 脂質 11.5g カルシウム 253mg 食塩 0.9g	豚こま,焼とうふ わかめ・カット,(冷)きざみあげ,白味噌	はくさい,たまねぎ,にんじん,白ネギ (冷)いんげん 斜め切り,にんじん バナナ L	米 糸こんにゃく,サラダ油,上白糖 すりごま白,上白糖 里芋(冷)1/8カット	こいくちしょうゆ,料理酒,みりん,出汁 こいくちしょうゆ 出汁	
28土	やきうどん 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 おたのしみ	ウエハース 鉄の国のアリス パニラ 牛乳・1L カルシウム&テツ ウエハース	エネルギー 494kcal 蛋白質 18.9g 脂質 15.1g カルシウム 1174mg 食塩 1.6g	エネルギー 406kcal 蛋白質 15.4g 脂質 12.9g カルシウム 957mg 食塩 1.2g	豚小間(ウデ),糸かつお 青さ粉 プチ豆腐,白味噌 牛乳・1L	キャベツ,ピーマン P たまねぎ,にんじん 青菜(しろ菜),特大根,にんじん バナナ L	ゆでうどん ・キャノーラ油・缶	こいくちしょうゆ FUNS鯉だし 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。