

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
2 16 (月)	牛乳 せんべい	しそごはん 小芋まんじゅう 味噌汁	米,ゆかり/ 里いも,鶏ひき肉,しょうが,片栗粉,さば節, 片栗粉,小松菜,人参 等/ 大根,しめじ,たまねぎ,さば 節,味噌 等	牛乳 かき おかき
4 18 (水)	牛乳 なし	ごはん ビーフンチャー 炒めサラダ	米 / 牛肉,じゃがいも,人参,たまねぎ,にんにく,たまね ぎ,ブイオン,トマトケチャップ,グリーンピース(冷),上新粉 等/ キャベツ,きゅうり,コーン(冷) 等	牛乳 お好み焼き
5 (木)	牛乳 おかき	のりごはん 鮭の照り焼き,野菜のソテー 味噌スープ みかん	米,焼きのり / さけ 等/ 小松菜,人参,コーン(冷),カレ ー粉 等/ はくさい,わかめ,にら,味噌,ブイオン 等/ み かん	コーンフレークの牛乳かけ 
6 (金)	牛乳 かき	ごはん チキンのオープン焼き 煮びたし すまし汁	米 / 鶏肉,トマトケチャップ,にんにく,カレー粉 等/ はく さい,チンゲンツアイ 等/ 豆腐,ほうれん草,人参,さば 節 等	牛乳 むらさめ団子
7 (土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん 豚汁 いちごとぶどうのフルーツジュレ	米,鶏肉,油揚げ,しらたき,人参,ひじき,千切りごぼう,グ リンピース(冷),さば節 等/ 豚肉,たまねぎ,緑豆もやし, さつまいも,葉ねぎ,さば節,味噌 等/ いちごとぶどうの ジュレ	牛乳 レーズンパン いりこ
9 30 (月)	牛乳 せんべい	ごはん つくねと大根の煮物 炒めサラダ 丸干し	米 / 鶏ひき肉,干しいたけ,ひじき,しょうが,片栗粉,大 根,人参,はくさい,小松菜,はるさめ,さば節 等/ きゅう り,コーン(冷) 等/ 丸干し	牛乳 洋なし クラッカー
10 24 (火)	牛乳 梨	ごはん たらのトマトソース煮 煮びたし	米 / たら,しょうが,にんにく,片栗粉,じゃがいも,たまね ぎ,ほうれん草,人参,トマトケチャップ,ブイオン 等/ キャベツ,人参 等	牛乳 焼芋 
11 25 (水)	牛乳 おかき	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜スープ	米 / 豚肉,人参,ピーマン,たまねぎ,キャベツ,しょうが 等/ 緑豆もやし,豆腐,生しいたけ,葉ねぎ,ブイオン 等	牛乳 りんご おかき
13 27 (金)	牛乳 おかき	のりごはん れんこんのきんぴら 五目汁 みかん	米,焼きのり / れんこん,人参,ピーマン,牛肉 等/ 人 参,大根,生揚げ,里いも,たまねぎ,さば節,葉ねぎ 等/ みかん	牛乳 アップルパン いりこ
14 28 (土)	牛乳 りんご	ピビンパ ワカメスープ	米,牛肉,にら,切干し大根,人参,緑豆もやし,ほうれん 草,しょうが 等/ わかめ,(絹)豆腐,たまねぎ,はくさい,ブ イオン 等	牛乳 いもパン いりこ
17 (火)	牛乳 りんご	芋ごはん 焼き魚 煮なます 味噌汁	米,さつまいも 等/ カラスガレイ 等/ はくさい,人参,え のきたけ,京菜 等/ 切干し大根,たまねぎ,人参,葉ね ぎ,さば節,味噌 等	牛乳 金時あんぱん 
19 (木)	牛乳 せんべい	ごはん 八宝菜 ゆかり煮	米 / 豚肉,はくさい,人参,生しいたけ,たけのこ(水煮), たまねぎ,ブイオン,片栗粉 等/ キャベツ,きゅうり,ゆか り 等	牛乳 みかん 米菓子 
20 (金)	牛乳 かき	ごはん 魚の味噌だれ焼 煮びたし すまし汁	米 / さわら,しょうが,味噌 等/ はくさい,チンゲンツア イ 等/ 豆腐,ほうれん草,人参,さば節 等	牛乳 さつまいも入りおはぎ
21 (土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん 豚汁 みかん	米,鶏肉,油揚げ,しらたき,人参,ひじき,千切りごぼう,グ リンピース(冷),さば節 等/ 豚肉,たまねぎ,緑豆もやし, さつまいも,葉ねぎ,さば節,味噌 等/ みかん	牛乳 レーズンパン いりこ
26 (木)	牛乳 なし	ごはん 鮭の照り焼き 添え野菜 味噌汁	米 / さけ 等/ チンゲンツアイ,人参,キャベツ 等/ さ つまいも,たまねぎ,大根,葉ねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 ジャムクラッカー
誕生会 12 (木)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 鶏肉の磯辺揚げ 炒めサラダ 味噌汁,みかん	米,ふりかけ / 鶏肉,しょうゆ,あおのり粉,片栗粉 等/ キャベツ,人参,ロースハム 等/ 油揚げ,小松菜,たま ねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等/ みかん	牛乳 お米のケーキ 

月平均栄養価(3歳以上児) エネルギー 637kcal たんぱく質 23.5g 脂質 17.4g
 月平均栄養価(3歳未満児) エネルギー 609kcal たんぱく質 23.2g 脂質 16.4g
 ★5日は、5歳児はバイキング給食です。上記の他に、しそごはん,鶏肉のから揚げ,フライドポテト,
 ブロッコリーのおかか和え,トマトがつかます。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

