
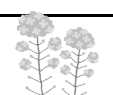



日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
1(土)	牛乳 りんご	豚肉の照煮丼,味噌汁	牛乳 きざみうどん	牛乳,豚肉,油揚げ,わかめ,さば節	米,サラダ油,三温糖,じゃがいも,うどん	りんご,たまねぎ,人参,ほうれん草,しょうが,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,塩
3(月)	牛乳 りんご	ごはん,エコふりかけ,ひじきの五目煮,味噌汁	牛乳 揚げパン	牛乳,牛肉,油揚げ,ひじき,さば節,きな粉	米,三温糖,サラダ油,さつまいも,コッペパン	りんご,人参,れんこん,グリーンピース,たまねぎ,小松菜	しょうゆ,本みりん,しらたき,赤味噌,白味噌,塩
4(火)	牛乳 せんべい	ごはん,煮魚,添え野菜,味噌汁	牛乳 はっさく せんべい	牛乳,カラスガレイ,油揚げ,さば節	せんべい,米,三温糖	しょうが,小松菜,人参,たまねぎ,キャベツ,葉ねぎ,はっさく	だし昆布,しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
5(水)	牛乳 せんべい	ピピンパ,白菜のスープ煮,みかん	牛乳 わかめおこわ	牛乳,牛肉,油揚げ,わかめ	せんべい,米,三温糖,サラダ油,はるさめ,もち米	切干し大根,にら,人参,緑豆もやし,ほうれん草,しょうが,はくさい,みかん(缶)	しょうゆ,酢,ブイヨン,塩 
6(木)	牛乳 せんべい	ちらし寿司,菜の花のおかか煮,すまし汁,甘夏みかん	牛乳 ハンバーグドッグ	牛乳,凍り豆腐,きざみのり,銀鮭,さば節,花かつお,絹豆腐(冷),牛ひき肉,豚ひき肉	せんべい,米,三温糖,コッペパン,じゃがいも,サラダ油	干しいたけ,人参,コーン(冷),きゅうり,なばな,はくさい,えのきたけ,糸みつば,甘夏みかん(缶),たまねぎ,キャベツ	だし昆布,酢,塩,しょうゆ,トマトケチャップ,ウスターソース
7(金)	牛乳 いよかん	山菜おこわ,焼き魚,だいの炒め漬,味噌汁	牛乳 肉うどん	牛乳,さわら,わかめ,さば節,牛肉	もち米,米,三温糖,サラダ油,うどん	伊予かん,ふき,たけのこ(水煮),しめじ,人参,大根,ほうれん草,たまねぎ,はくさい,葉ねぎ	だし昆布,しょうゆ,しらたき,塩,酢,赤味噌,白味噌
8(土)	牛乳 せんべい	そばろごはん 味噌汁 はっさく	牛乳 おかき みかんゼリー	牛乳,鶏ひき肉,さば節	せんべい,米,三温糖,サラダ油,さつまいも,おかき,みかんゼリー	しょうが,人参,ほうれん草,コーン(冷),たまねぎ,葉ねぎ,はっさく	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
10(月)	牛乳 いちご	ごはん,照り焼き魚,白あえ,味噌汁	牛乳 五平餅	牛乳,ブリー,豆腐,さば節	米,三温糖	苺,ほうれん草,人参,大根,えのきたけ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,塩,赤味噌,白味噌
11(火)	牛乳 せんべい	カツカレー,甘酢煮,甘夏みかん	牛乳 さつまいも入りおはぎ	牛乳,豚ヒレ肉,きな粉	せんべい,米,小麦粉,パン粉,サラダ油,じゃがいも,上新粉,三温糖,もち米,さつまいも	たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),にんにく,しょうが,キャベツ,きゅうり,コーン(冷),甘夏みかん(缶)	塩,カレー粉,ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,しょうゆ,チャツネ,酢
12(水)	牛乳 せんべい	しそごはん,ポークビーフ,炒めサラダ	牛乳 デコポン おかき	牛乳,豚肉,だいず,ベーコン	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,三温糖,おかき	人参,たまねぎ,はくさい,エリンギ,デコポン	ゆかり,ブイヨン,塩,しょうゆ,ウスターソース,トマトケチャップ,酢
13(木)	牛乳 せんべい	ごはん,八宝菜,ゆかり煮,みかん	牛乳 ラスク	牛乳,豚肉 	せんべい,米,三温糖,片栗粉,サラダ油,コッペパン,グラニュー糖	はくさい,人参,生しいたけ,たけのこ(水煮),たまねぎ,キャベツ,きゅうり,みかん(缶)	ブイヨン,しょうゆ,塩,ゆかり
14(金)	牛乳 せんべい	ごはん,魚のから揚げ,りんごソース,茹で野菜,じゃがいものスープ	牛乳 いちご 米ポン菓子	牛乳,たら,ベーコン	せんべい,米,片栗粉,サラダ油,じゃがいも,米ポン菓子	りんご(缶),しょうが,にんにく,キャベツ,人参,コーン(冷),ほうれん草,苺	塩,しょうゆ,ウスターソース,ブイヨン
15(土)	牛乳 りんご	豚肉の照煮丼 味噌汁	牛乳 きざみうどん	牛乳,豚肉,油揚げ,わかめ,さば節	米,サラダ油,三温糖,じゃがいも,うどん	りんご,たまねぎ,人参,ほうれん草,しょうが,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,塩

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をとどめるもの	その他
17(月)	牛乳 りんご	ごはん,エコふりかけ,ひじきの五目煮,味噌汁	牛乳 揚げパン	牛乳,牛肉,油揚げ,ひじき,さば節,きな粉	米,三温糖,サラダ油,さつまいも,コッペパン	りんご,人参,れんこん,グリーンピース,たまねぎ,小松菜	しょうゆ,本みりん,しらたき,赤味噌,白味噌,塩
18(火)	牛乳 いよかん	赤飯,焼き魚,だいこんの炒め漬け,味噌汁	牛乳 肉うどん	牛乳,あずき,さわら,さば節,牛肉	もち米,米,サラダ油,三温糖,うどん	伊予かん,大根,ほうれん草,人参,たまねぎ,葉ねぎ,はくさい	塩,しょうゆ,酢,赤味噌,白味噌
19(水)	牛乳 せんべい	ピピンパ,白菜のスープ煮,みかん	牛乳 わかめおこわ	牛乳,牛肉,油揚げ,わかめ	せんべい,米,三温糖,サラダ油,はるさめ,もち米	切干し大根,にら,人参,緑豆もやし,ほうれん草,しょうが,はくさい,みかん(缶)	しょうゆ,酢,ブイヨン,塩
21(金)	牛乳 せんべい	ごはん,煮魚,添え野菜,味噌汁	牛乳 はっさくせんべい	牛乳,カラスガレイ,油揚げ,さば節	せんべい,米,三温糖	しょうが,小松菜,人参,たまねぎ,キャベツ,葉ねぎ,はっさく	だし昆布,しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
22(土)	牛乳 せんべい	そばろごはん,味噌汁,はっさく	牛乳 おかき みかんゼリー	牛乳,鶏ひき肉,さば節	せんべい,米,三温糖,サラダ油,さつまいも,おかき,みかんゼリー	しょうが,人参,ほうれん草,コーン(冷),たまねぎ,葉ねぎ,はっさく	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
24(月)	牛乳 いちご	ごはん,照り焼き魚,白あえ,味噌汁	牛乳 赤飯	牛乳,ブリ,豆腐,さば節,あずき	米,三温糖,もち米	苺,ほうれん草,人参,大根,えのきたけ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,塩,赤味噌,白味噌
25(火)	牛乳 せんべい	ごはん,ビーフカレー,甘酢煮,甘夏みかん	牛乳 ひじきおこわ	牛乳,牛肉,ひじき,油揚げ	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,上新粉,三温糖,もち米	たまねぎ,人参,グリーンピース,にんにく,しょうが,キャベツ,きゅうり,コーン(冷),甘夏みかん(缶)	塩,カレー粉,ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,しょうゆ,チャツネ,酢,ゆかり
26(水)	牛乳 せんべい	しそごはん,ポークビーフ,炒めサラダ	牛乳 デコボン おかき	牛乳,豚肉,だいず,ベーコン	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,三温糖,おかき	人参,たまねぎ,はくさい,エリンギ,デコボン	ゆかり,ブイヨン,塩,しょうゆ,ウスターソース,トマトケチャップ,酢
27(木)	牛乳 せんべい	ごはん,魚のから揚げ,りんごソース,茹で野菜,じゃがいものスープ	牛乳 いちご 米ボン菓子	牛乳,たら,ベーコン	せんべい,米,片栗粉,サラダ油,じゃがいも,米ボン菓子	りんご(缶),しょうが,にんにく,キャベツ,人参,コーン(冷),ほうれん草,苺	塩,しょうゆ,ウスターソース,ブイヨン
28(金)	牛乳 せんべい	ごはん,八宝菜,ゆかり煮,みかん	牛乳 ラスク	牛乳,豚肉 	せんべい,米,三温糖,片栗粉,サラダ油,コッペパン,グラニュー糖	はくさい,人参,生しいたけ,たけのこ(水煮),たまねぎ,キャベツ,きゅうり,みかん(缶)	ブイヨン,しょうゆ,塩,ゆかり
29(土)	牛乳 せんべい	ピラフ,味噌スープ,甘夏みかん	牛乳 ふりかけおにぎり	牛乳,鶏肉,絹豆腐(冷)	せんべい,米,サラダ油,じゃがいも	たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),チンゲンツアイ,甘夏みかん(缶)	ブイヨン,塩,赤味噌,ふりかけ
31(月)	牛乳 せんべい	ごはん,豚肉の生姜焼き,味噌汁	牛乳 いよかん おかき	牛乳,豚肉,油揚げ,さば節	せんべい,米,三温糖,サラダ油,じゃがいも,おかき	人参,ピーマン,たまねぎ,キャベツ,しょうが,小松菜,伊予かん	しょうゆ,塩,赤味噌,白味噌

月平均栄養価(乳児) エネルギー 493kcal たんぱく質 20.7g 脂質 15.1g

月平均栄養価(幼児) エネルギー 585kcal たんぱく質 23.8g 脂質 16.8g

*献立は諸事情により、変更することがあります。

