



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
午前			1 牛乳、ポーロ	2 牛乳、コーンフレーク	3 牛乳、せんべい	4 牛乳、クラッカー		
昼食			飯、豆腐のすまし汁、鶏肉のごまみそ焼き、大根サラダ、バナナ	飯、もやしのみそ汁、魚の磯辺揚げ、納豆和え	飯、かぼちゃの中華スープ、豚肉の生姜焼き、春雨酢の物	飯、そばろにやく丼、さつま芋と白菜のみそ汁		
午後			牛乳、手作りミニグラタン	牛乳、いなりおにぎり	牛乳、大豆甘煮	牛乳、りんご、クッキー		
午前	6 牛乳、ビスケット	7 牛乳、ウエハース	8 牛乳、みかん缶	9 牛乳、せんべい	10 牛乳、クラッカー	11		
昼食	飯、チキンカレー、ピクルス、バナナ	飯、ビーフンすまし汁、魚のみかん風味焼き、花野菜サラダ	飯、白菜のみそ汁、ひじき入り厚焼き卵、じゃがいものおかか煮	飯、けんちん汁、鶏レバー甘辛煮、オレンジ	飯、ふすまし汁、厚揚げのミートソース、もやしのごま酢和え、バナナ			
午後	牛乳、くずもち	牛乳、お好み焼き	牛乳、セサミクッキー	牛乳、セルフジャムサンド	牛乳、さつまいもの甘煮			
午前	13 牛乳、ウエハース	14 牛乳、ポーロ	15 牛乳、ビスケット	16 牛乳、コーンフレーク	17 牛乳、クラッカー	18 牛乳、せんべい		
昼食	飯、ごぼトン丼、みそネーズ和え、りんご	飯、小松菜のみそ汁、カレーニエル、大根含め煮、バナナ	飯、スーミータン、麻婆豆腐、かぶの中華風サラダ	飯、じゃがいものみそ汁、さばのソース煮、菜焼き	飯、えのきのスープ、ピザバーグ、じゃこ和え	飯、豆腐のあんかけ、かぼちゃのみそ汁		
午後	牛乳、れんこんチップ	牛乳、ココアケーキ	牛乳、鉄強化ヨーグルト、かりんとう	牛乳、ちんすこう	牛乳、バナナの黄粉あえ	牛乳、わかめおにぎり		
午前	20 牛乳、ビスケット	21 牛乳、ウエハース	22 牛乳、もも缶	23	24 牛乳、せんべい	25 牛乳、クラッカー		
昼食	飯、ハヤシライス、フレンチスパサラ、ネーブル	飯、豆腐とチンゲン菜のみそ汁、魚のパン粉焼き、かぼちゃの甘煮、りんご	飯、えのきみそ汁、鶏鍋照り焼き、土佐酢和え風			飯、おでん風煮、ほうれんそうの磯和え、バナナ	飯、豚肉と野菜の華風炒め、豆腐の中華スープ	
午後	牛乳、りんごゼリー、カルシウム強化せんべい	牛乳、煮豆	牛乳、黒糖蒸しパン			牛乳、五目おにぎり	牛乳、ジャム入りケーキ	
午前	27 牛乳、ビスケット	28 牛乳、ウエハース	 				【1か月平均栄養素量】	
昼食	飯、花野菜のクリームシチュー、炒めきゅうり、バナナ	飯、さつま芋のみそ汁、魚のもみじ焼き、白菜のサラダ					《未満児（主食込み）》	《以上児（主食なし）》
午後	牛乳、麩のココアラスク	牛乳、菓子パン					エネルギー : 467kcal	エネルギー : 387kcal
				たんぱく質 : 19.1g	たんぱく質 : 19.7g		脂質 : 15.2g	脂質 : 16.8g

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります