

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 牛乳、クラッカー	2 牛乳、ポーロ	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 牛乳、ウエハース
昼食	飯、たまねぎとわかめのみそ汁、豆腐の柔らか煮、キャベツピーマン	飯、ふとあげのみそ汁、肉じゃが、青菜ときのごま和え				飯、かぼちゃのそぼろ煮、豆腐とにんじんのみそ汁
午後	牛乳、バナナの黄粉あえ	牛乳、マカロニ黒みつかけ				牛乳、ホットケーキ
午前	8 牛乳、クラッカー	9 牛乳、ウエハース	10 牛乳、もも缶	11 牛乳、ビスケット	12 牛乳、コーンフレーク	13 牛乳、ウエハース
昼食	飯、きつね丼、小松菜とコーンの和え物、バナナ	飯、わかめと豆腐のみそ汁、煮魚、かぼちゃサラダ	飯、たまねぎのスープ、鶏肉のマーマレード煮、納豆和え	飯、大根とはくさいのみそ汁、魚のクラッカー焼き、ひじきの炒り煮、りんご（小）	飯、豚レバーのケチャップからめ、けんちん汁、バナナ	飯、豚肉と厚揚げの炒め煮、野菜スープ
午後	牛乳、ちまき風	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、人参ケーキ	牛乳、小倉煮	牛乳、ピースとじゃこのおにぎり	牛乳、ジャム入りケーキ
午前	15 牛乳、クラッカー	16 牛乳、せんべい	17 牛乳、コーンフレーク	18 牛乳、ポーロ	19 牛乳、ウエハース	20 牛乳、ビスケット
昼食	飯、クリームシチュー、ブロッコリーサラダ、バナナ	飯、豆腐とにんじんのみそ汁、具たくさんオープン焼き、炒めきゅうり	飯、えのきとわかめのすまし汁、ピザバーグ、白菜のサラダ	飯、チンゲンサイのスープ、魚のプロバンス風、切干し含め煮	飯、タイピーエン、厚揚げの煮物、バナナ	飯、なべしぎ焼き、じゃがいもの中華スープ
午後	牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、ビスケット	牛乳、グレープゼリー、鉄強化ウエハース	牛乳、ふかし芋	牛乳、シナモントースト	牛乳、おからドーナツ	牛乳、バナナ、クッキー
午前	22 牛乳、クラッカー	23 牛乳、せんべい	24 牛乳、コーンフレーク	25 牛乳、ポーロ	26 牛乳、みかん缶	27 牛乳、ウエハース
昼食	飯、ビビンバ丼、里芋とにんじんのみそ汁、オレンジ	飯、豆腐とたまねぎのみそ汁、魚のホイル焼き、じゃがいものきんぴら	飯、えのきたけのスープ、筑前煮、もやしのカレー炒め、バナナ	飯、かぼちゃのみそ汁、魚のチーズ焼き、白菜の菜焼き、オレンジ	飯、小松菜と豆腐のみそ汁、鶏肉の唐揚げ、キャベツの中華風サラダ	飯、ホイコウロウ丼、白菜のスープ
午後	牛乳、ざぜん豆	牛乳、お好み焼き	牛乳、米粉のレモンクッキー	牛乳、じゃがいももち	牛乳、すいか、クッキー	牛乳、ゆかりおにぎり
午前	29 牛乳、せんべい	30 牛乳、ポーロ	31 牛乳、もも缶			<b>【1か月平均栄養素量】</b> 《未満児（主食込み）》 エネルギー：461kcal たんぱく質：18.9g 脂質：15.0g 《以上児（主食なし）》 エネルギー：386kcal たんぱく質：19.9g 脂質：17.1g
昼食	飯、ポークカレー、ピクルス、バナナ	飯、豆腐のみそ汁、米粉ムニエル、大根含め煮、オレンジ	飯、えのきたけのすまし汁、鶏肉のごまみそ焼き、キャベツのおかか和え			
午後	牛乳、豆乳ココアプリン	牛乳、麩のラスク	牛乳、菓子パン			

※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