

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	【1か月平均栄養素量】			1 牛乳 コーンフレーク	2 牛乳、クラッカー	3 牛乳、ビスケット
昼食	《未満児（主食込み）》 エネルギー：463kcal たんぱく質：19.0g 脂質：14.8g			《以上児（主食なし）》 エネルギー：395kcal たんぱく質：20.3g 脂質：17.2g		飯、豚ひき肉丼、さつまいものみそ汁
午後				牛乳、塩おにぎり 	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳 オレンジ、かりんとう
午前	5 牛乳、せんべい	6 牛乳、ウエハース	7 牛乳、ポーロ	8 牛乳、ビスケット	9 牛乳、クラッカー	10 牛乳、せんべい
昼食	飯、鶏ごぼう丼、スパゲティサラダ、オレンジ	飯、かぼちゃのみそ汁、魚のもみじ焼き、納豆和え、バナナ	飯、たまねぎのみそ汁、鶏つくね甘辛煮、ツナサラダ	飯、豆腐のみそ汁、ひじき入り厚焼き卵、里芋のおかか煮	飯、なすのみそ汁、ポークチャップ、野菜炒め 	飯、肉じゃが、中華春雨スープ
午後	牛乳、ミルクもち	牛乳、つぶつぶオレンジゼリー、カルシウム強化せんべい	牛乳、マーブルホットケーキ	牛乳、お好み焼き	牛乳、月見団子	牛乳、バナナ、クッキー
午前	12 牛乳、ウエハース	13 牛乳、ビスケット	14 牛乳 コーンフレーク	15 牛乳、せんべい	16 牛乳、もも缶	17 牛乳、クラッカー
昼食	飯、ハヤシライス、大根の和風サラダ、オレンジ	飯、じゃがいものみそ汁、焼き魚の甘酢あんかけ（さけ）、もやしと青菜のナムル	飯、中華コーンスープ、鶏肉のごまみそ焼き、厚揚げの煮物	飯、ふとわかめのスープ、豚肉と豆腐のチャンプルー、キャベツのおかか和え	飯、豚汁、鶏レバー甘辛煮、バナナ	飯、かぼちゃと鶏肉の含め煮、大根とあげのみそ汁
午後	牛乳、りんごとさつまいものガレット	牛乳、バナナの黄粉あえ	牛乳、セルフジャムサンド	牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、クラッカー	牛乳、赤飯おにぎり	牛乳、パイナップルケーキ
午前	19	20 牛乳、ポーロ	21 牛乳、ウエハース	22 牛乳、ビスケット	23	24 牛乳、クラッカー
昼食				飯、かき卵汁、魚の照り焼き、小松菜の菜焼き、なし		
午後	牛乳、ココアクッキー			牛乳、きなこおはぎ風	牛乳、冷やし煮豆	牛乳、ジャム入りケーキ
午前	26 牛乳、クラッカー	27 牛乳、ビスケット	28 牛乳、みかん缶	29 牛乳 コーンフレーク	30 牛乳、ポーロ	
昼食	飯、レバー入りひき肉となすのカレー、ピクルス、オレンジ	飯、にんじんとたまねぎのすまし汁、魚のフライ、白菜の塩昆布あえ	飯、じゃがいもの中華スープ、チンジャオロースー、ひじきの五目炒め煮	飯、ふとたまねぎのみそ汁、さばのソース煮、ほうれんそうの磯和え、オレンジ	飯、豆腐としめじのすまし汁、鶏肉のマーマレード煮、切干しの中華サラダ	
午後	牛乳、りんごゼリー、せんべい	牛乳、もちもちチーズパン	牛乳、手作りクラッカー	牛乳、ふかし芋	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