

付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 (%)は未満児	材 料 名				(◎は10時おやつ ○は午後おやつ)	10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
2 月	里芋御飯、白菜の煮浸し風汁、 松風焼き(豆腐いり)	537.8(442.0) 24.8(20.0) 15.7(13.7) 2.4(1.8)	七分つき米、○フランクス パン、さといも、○ビーフラツ ト、片栗粉、ごま、砂糖 び	○牛乳、○牛乳、鶏ひき 肉、木綿豆腐、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ、干しあ わび	ほぐさない、たまねぎ、えのき だけ、にんじん、しめじ、米 みつば、こんぶ(だし用)、あ おのり	かつおだし汁、しょうゆ、みり ん、酒、食塩	牛乳100、ウエ ハース	牛乳130、ピ ナツバターパン ド		
14 水	御飯、かき玉汁(五目)、さばと 玉ねぎのみそ煮、ほうれん草と ソナの酢あえ	538.0(442.1) 24.9(20.2) 14.7(13.0) 3.3(2.5)	○ゆでうどん、七分つき米、 砂糖、○片栗粉、片栗粉、 ごま油	○牛乳、○牛乳、さば、卵、 ソナ水煮缶、○油揚げ、米 みそ(淡色辛みそ)	ほうちんそう、たまねぎ、に んじん、チキンソーセー、○ね ぎ、○干しいしめし、しょう が、カットわかめ	かつおだし汁、○かつお・ 昆布だし汁、○しょうゆ、し ゅう、○みりん、みりん、酒、 酢、食塩、○食塩	牛乳100、野菜 チップ	牛乳130、うどん (おやつ)		
15 木	御飯、豆腐のみぞ汁(もやし)、 マルーラの香り揚げ、筑前煮	549.1(470.1) 25.2(21.3) 14.5(14.0) 2.1(1.6)	七分つき米、○小麦粉、小 麦粉、油、○油、○砂糖、 砂糖	○牛乳、マルルーラ、木綿 豆腐、鶏もも肉、米みそ(淡 色辛みそ)、○豆乳、卵、油 揚げ、○牛乳	れんこん、にんじん、○こま つな、板こんにゃく、もやし、 だけのこ(ゆ)、ごぼう、ね ぎ、いんげん、あおのり	かつお・昆布だし汁、かつ おだし汁、しょうゆ、酒、みり ん、食塩、○食塩	牛乳100、ビス ケット	牛乳130、和風 やさい蒸しパン		
16 金	御飯、豆乳スープ、ささ身の包 み焼き、切り干し大根のサラダ	533.0(438.7) 23.1(18.8) 11.5(10.7) 1.4(1.1)	○さつきまいも、七分つき米、 油、ごま、砂糖	○牛乳、○牛乳、豆乳、鶏 ささ身、かににかまぼこ	たまねぎ、トマト、キャベツ、 かぼちゃ、にんじん、チキン ソーセー、きゅうり、えのきた け、切り干し大根	酢、酒、食塩、コンソメ、こ しょう、○食塩	牛乳100、塩せ んべい	牛乳130、蒸し 芋		
29 月	中華どんどんぶり、みそ汁(厚揚げ、 大根)、ほうれん草ときのき茸の お湯浸し	554.7(453.9) 22.9(18.7) 17.8(15.2) 2.8(2.1)	米、○食パン、○マヨネー ズ、片栗粉、砂糖	○牛乳、○牛乳、豚肉(も も)、生揚げ、うずら卵水煮 缶、米みそ(淡色辛みそ)、 なると、○とろけるチーズ	ほうちんそう、ほぐさない、だい こん、たまねぎ、○コーン 缶、えのきたけ、たけのこ、 にんじん、ピーマン、干し いたけ、カットわかめ、しょ う	かつお・昆布だし汁、しょ うゆ、酒、コンソメ、食塩、こ しょう	牛乳100、グシ ギー	牛乳130、コーン チーズースト		
10 火	パン・食パン、わかめスープ、鶏 肉の野菜煮込み、スペゲティ のソナサラダ	530.9(492.2) 23.3(20.0) 16.4(15.3) 3.1(2.4)	食パン、じゃがいも、○七分 つき米、スペゲティー、マヨ ネーズ、○ごま油、ごま	○牛乳、鶏もも肉、ソナ油 漬缶、○かつお節、○牛乳	ホルトマト缶詰、たまね ぎ、りんご、にんじん、きゅう り、コーン缶、ねぎ、しいた け、カットわかめ	昆布だし汁、しょ うゆ、食塩、酢、おろししょ が、おろしにんにく、こしょう	牛乳100、ウエ ハース	牛乳130、焼 おにぎり		
11 水	御飯、豆腐のすまし風煮、鮭の きのこみそ焼き、小松菜のこま 和え	538.1(477.2) 24.7(20.0) 22.3(18.3) 1.6(1.5)	七分つき米、○小麦粉、○ 砂糖、片栗粉、○アーモンド (牛乳)、砂糖、酒、ごま、小 麦粉	○牛乳、○牛乳、木綿豆 腐、さけ、○卵、○バター、 米みそ(淡色辛みそ)、油揚 げ	こまつな、えのきたけ、ほく さい、にんじん、コーン缶	かつおだし汁、酒、しょ うゆ、食塩	牛乳100、野菜 チップ	牛乳130、マド レース	お誕生日会	
12 木	さつき芋御飯、みそ汁(鶏手、た まねぎ)、豚肉と大根の炒め煮、 きゅうりの酢の物	565.3(481.4) 18.9(16.9) 18.4(16.7) 2.9(2.2)	七分つき米、さつきまいも、○ 小麦粉、砂糖、○油、油、 片栗粉、○砂糖、ごま	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○ 豆乳、米みそ(淡色辛み そ)、しらす干し、油揚げ、 ○牛乳	だいこん、きゅうり、○かぼ ちゃん、たまねぎ、にんじん、 切り干し大根、カットわ かめ	昆布だし汁、酒、しょ うゆ、食塩、ごしょう	牛乳100、塩せ んべい	牛乳130、かぼ ちゃん蒸しパン		
13 金	御飯、豚汁、かじきのさっぱり甘 酢ジース、野菜のいん和え	542.3(445.7) 22.6(18.6) 15.1(13.3) 1.9(1.5)	七分つき米、○強力粉、○ 砂糖、油、片栗粉、○小麦 粉、砂糖	○牛乳、○牛乳、かじき、豚 肉(肩ロース)、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ	だいこん、キャベツ、ほうち んそう、たまねぎ、板こん にやく、ねぎ、にんじん、ご ぼう、えのきたけ、○かんて ん、焼きのり	かつおだし汁、しょ うゆ、酢、○食塩	牛乳100、ビス ケット	牛乳130、ブ ルーツゼリー、 せんべい		
16 月	きのこクリームライス、コーンスー プ(わかめ)、かぼちゃ素揚げ	554.6(463.8) 20.3(16.9) 15.4(13.5) 2.8(2.1)	七分つき米、○蒟蒻そばめ ん、小麦粉、油、○ごま油	○牛乳、○牛乳、豆乳、鶏 肉(もも皮なし)、○豚肉(肩)	たまねぎ、○キャベツ、かぼ ちゃん、コーン缶、ブロッコ リー、えのきたけ、しめじ、エ リンギー、にんじん、○ペー マン、○にんじん、カットわ かめ	○ウスターーソース、コンソ メ、食塩、こしょう	牛乳100、ウエ ハース	牛乳130、おや つ焼きそば		
17 火	パン・クロワッサン、白菜スープ (春雨)、鶏かつ、せんべい (キャベツ)、ミニトマト	568.9(482.5) 20.6(18.1) 26.2(22.2) 2.2(1.8)	クロワッサン、○米、パン 粉、油、小麦粉、フレッシュ パンシング(乳化型)、はるさ め、○ごま、オリーブ油	○牛乳、鶏もも肉、○しらす 干し、卵、ベーコン、○牛乳	キャベツ、ミニトマト、ほく さい、たまねぎ、にんじん、○ 焼きのり	食塩、コンソメ	牛乳100、塩せ んべい	牛乳130、じやこ おにぎり		
18 水	御飯、みそ汁(大根・あげ)、さわ らとごぼうの煮つけ、ほうれん草 の白あえ	538.7(442.6) 22.4(18.4) 16.9(14.5) 2.6(2.0)	七分つき米、○マッシュボ テト、○片栗粉、砂糖、ご ま、油	○牛乳、○牛乳、木綿豆 腐、さわら、米みそ(淡色辛 みそ)、油揚げ、○豚ひき肉、 ○千しえび、○かつお節	ほうちんそう、○キャベツ、 だいこん、ごぼう、にんじん、 カットわかめ、しょ うが、おのり	煮干だし汁、しょ うゆ、○ケ チャップ、酒、○ウスター ソース、○食塩、食塩	牛乳100、野菜 チップ	牛乳130、お好 み焼き風パテ		
19 木	御飯、マー婆ー豆腐(野菜)、中 華スープ(ニラ玉)、三色なます	593.9(501.4) 24.2(20.6) 25.2(21.5) 2.5(1.0)	七分つき米、○ホットケー キ、○片栗粉、砂糖、ご ま、油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき 肉、○ウインナー、卵、○ 卵、米みそ(淡色辛みそ)、 ○牛乳	にんじん、だいこん、きゅ うり、にら、たけのこ、しいた け、ねぎ、刻みこんぶ、しょ うが、にんにく	中華スープ、しょ うゆ、酢、食塩、こしょう	牛乳100、クッ キー	牛乳130、ミニア メリカンンドッグ		
20 金	御飯、みそ汁(キャベツ)、鶏肉 のコンニャック焼き、切り干し大根と昆 布の旨煮	581.8(472.8) 24.7(20.0) 16.0(13.9) 2.2(1.7)	七分つき米、さといも、○小 麦粉、○油、油、○砂糖、 砂糖、小麦粉	○牛乳、○牛乳、鶏肉(も も皮なし)、○豆乳、米みそ(淡 色辛みそ)、油揚げ	コーン缶、クリームコーン 缶、キャベツ、○にんじん、 切り干し大根、にんじん、さ やえんどう、カットわ かめ	かつお・昆布だし汁、しょ うゆ、みりん、食塩、○食塩、 こしょう	牛乳100、塩せ んべい	牛乳130、にんじ んケーキ		
24 火	パン・ロールパン、野菜スープ (キャベツ)、ミートローフ、ボイル ブロッコリー、ミニトマト	530.9(457.3) 22.4(19.8) 21.8(19.1) 2.7(2.1)	ロールパン、○米、片栗粉、 マヨネーズ、○油、油、○ご ま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき 肉、○卵、ベーコン、○干し えび、○牛乳	たまねぎ、キャベツ、ミニトマ ト、○ほうちんそう、ブロッコ リー、にんじん、ひじき	ケチャップ、○オイスター ソース、ウスターソース、食 塩、コンソメ、○食塩、ナシメ グ	牛乳100、ビス ケット	牛乳130、ほうち ん草のチャーハン		
25 水	御飯、みそ汁(だいこん・あげ)、 さわらのものやしんあんかけ、さつま いもサラダ(ソナ)	539.9(493.9) 22.1(18.2) 13.2(12.0) 2.1(1.6)	七分つき米、さつきまいも、○ ホットケーキ粉、片栗粉、砂 糖、ごま油	○牛乳、○牛乳、さわら、米 みそ(淡色辛みそ)、○卵、 ソナ水煮缶、油揚げ	もやし、デシゲンサイ、だい こん、きゅうり、ねぎ、にんじ ん、しょうが、カットわ かめ	煮干だし汁、かつおだし 汁、酒、酢、食塩、食塩、 こしょう	牛乳100、ウエ ハース	牛乳130、ホット ケーキ		
26 木	御飯、じやがいものりの中華 スープ、肉団子の酢豚風、かぶ の塩昆布あえ	532.7(458.6) 18.1(16.4) 15.4(14.7) 1.5(1.3)	七分つき米、じやがいも、○ わらび餅粉、片栗粉、油、 はるさめ、○砂糖、砂糖、○ 黒砂糖	○牛乳、豚ひき肉、○きな 粉、○牛乳	たまねぎ、かぶ、にんじ ん、しいたけ、ピーマン、かぶ 葉、ねぎ、塩こんぶ、焼きの り	しょうゆ、酢、和風だしの 素、コンソメ、食塩、○食塩 、食塩	牛乳100、野菜 チップ	牛乳130、黒結 わらび餅		
27 金	さんまの蒲焼丼、みそ汁(かぶ ちや)、わからい酢の物	562.5(459.3) 20.0(16.7) 16.8(14.8) 2.7(2.0)	米、○コーンフレーク、砂 糖、片栗粉	○牛乳、○牛乳、さんま、米 みそ(淡色辛みそ)、かにか まぼこ、油揚げ	かぼちゃ、きゅうり、生わ かめ、ねぎ、米みつば、しょ うが、焼きのり	かつお・昆布だし汁、しょ うゆ、酢、酒、みりん	牛乳100、塩せ んべい	牛乳130、コーン フレーク		
30 月	御飯、五目汁(里芋・大根)、蒸 製豆腐(具たくさん)、もやしとニ ンジンの和え物(ハム)	585.6(475.5) 21.3(17.6) 20.6(17.1) 2.8(2.0)	七分つき米、○ロールバ ン、さといも、○グラニュー 糖、油、油、ごま油	○牛乳、○牛乳、木綿豆 腐、卵、ちくわ、ハム、油 揚げ	もやし、だいこん、にんじ ん、にら、しいたけ、ねぎ、 いんげん、ひじき	かつおだし汁、しょ うゆ、食塩	牛乳100、ビス ケット	牛乳130、おば ん(グラニュー 糖)		

ご飯の時は、麦ご飯になっています。

給食には、牛乳又は麦茶が出ます。

毎日デザートが出ます。

献立は、都合により変更する事があります。

