

日曜日	献立名			栄養価		使っている主な材料			
	昼食	3時のオヤツ	材料	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
1 水	にしよくだん ぶろっこりーさらだ みそしる	かるしうむせんべい おちや たまごぼーろ おちや	カルシウム 甘醤油せんべい お茶 カルシウム 卵ポーロー お茶	エネルギー 462kcal たんぱく質 20g 脂質 13.8g カルシウム 392mg 食塩 1.3g	エネルギー 409kcal たんぱく質 19.2g 脂質 12.3g カルシウム 367mg 食塩 1g	卵,豚ミンチ 並 ツナ缶 合わせみそ	いんげん ブロッコリー,カリフラワー 冷凍ミリベジ 小松菜,人参,青ねぎ	米,さとう,サラダ油,さとう ドレッシング 里芋	こいくちしょうゆ,料理酒,食塩1kg こいくちしょうゆ,酒 出汁
2 木	やきうどん もやしのあえもの ぐだくさんすーぶ	どうぶつびすけつと おちや やわらかさぶれ おちや	キンピス アスパラガスビスケット お茶 やわらかサブレカルシウム入りいちご味 お茶	エネルギー 411kcal たんぱく質 17.2g 脂質 12.2g カルシウム 228mg 食塩 1.7g	エネルギー 381kcal たんぱく質 16.3g 脂質 11.6g カルシウム 202mg 食塩 1.4g	豚肉,花かつお 豆腐	キャベツ,たまねぎ,人参 もやし,きゅうり,人参 えのき,冷 刻みほうれん草	うどん,サラダ油 さとう	めんつゆ・創味 こいくちしょうゆ 鶏ガラスープ,水
3 金	けんぽうきねんび								
4 土	みどりのひ								
6 月	ふりかえきゅうじつ								
7 火	しんちゃごはん ころっけ はるさめのいためもの みそしる	ふいながーびすけつと ぎゅうにゅう こいのぼりばい ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 春巻の皮,りんご,さとう カスタードクリーム,サラダ油 チョコレート菓子 牛乳	エネルギー 610kcal たんぱく質 14.6g 脂質 13.1g カルシウム 232mg 食塩 1.7g	エネルギー 467kcal たんぱく質 12.2g 脂質 9g カルシウム 208mg 食塩 1.2g	豆腐,わかめ,合わせみそ	小松菜(冷)千切人参 IQF,赤ピーマンスライス	米 サラダ油 春雨,ごま油,さとう 里芋	まっ茶,煎茶,食塩5kg,酒 ランチ肉入りコロッケ 減塩中濃ソース こいくちしょうゆ 出汁
8 水	ごはん さけのむにえる なすのとまとに やさいすーぶ みかんかん	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ばばろあ ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 ババロア,牛乳,水 牛乳	エネルギー 440kcal たんぱく質 20.2g 脂質 11.3g カルシウム 232mg 食塩 1.2g	エネルギー 357kcal たんぱく質 16.1g 脂質 9.8g カルシウム 273mg 食塩 1.2g	鮭	パセリ なす,キャベツ,たまねぎ,ピーマン ダイストマト・2号缶 たまねぎ,人参,ブロッコリー,パセリ みかん缶	米 小麦粉,サラダ油,バター サラダ油,さとう	食塩1kg ブイオン,食塩1kg ブイオン,こいくちしょうゆ
9 木	むぎごはん みそにくじゃが ほうれんそうのごまあえ ふのすましじる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう あめりかんどつぐ ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 魚肉ソーセージ 昭和ホットケーキミックス600g サラダ油,豆乳,サラダ油 牛乳	エネルギー 536kcal たんぱく質 21.4g 脂質 15g カルシウム 262mg 食塩 1.3g	エネルギー 418kcal たんぱく質 18.4g 脂質 11g カルシウム 237mg 食塩 1.1g	豚肉,味噌	たまねぎ,人参,いんげん ほうれん草,人参 冷凍ミリベジ 小松菜	米,押麦 じゃがいも,サラダ油,さとう 白すりごま,さとう 麩	出汁,酒,本みりん こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,食塩1kg,出汁
10 金	ろーるぱん とりにくのまよねーずやき ぶろっこりーとつなのそてー ぱんぶきんぼたーじゅ	みれーびすけつと ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 米,鉄入りふりかけ鯉 牛乳	エネルギー 545kcal たんぱく質 24.1g 脂質 22.9g カルシウム 216mg 食塩 2.3g	エネルギー 427kcal たんぱく質 22g 脂質 17.4g カルシウム 189mg 食塩 2g	鶏肉 ツナ缶 豆乳	たまねぎみじん切り,パセリ ブロッコリー,カリフラワー,人参 南瓜,冷凍かぼちゃアイス たまねぎみじん切り,パセリ	ロールパン マヨネーズ サラダ油 クリームシチューの素	こいくちしょうゆ,酒 食塩1kg
11 土	たにんどん ぐだくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳	エネルギー 544kcal たんぱく質 27.3g 脂質 18.5g カルシウム 453mg 食塩 1.2g	エネルギー 501kcal たんぱく質 25.6g 脂質 17.5g カルシウム 418mg 食塩 1.1g	豚肉,卵 豆腐,(冷)きざみあげ 合わせみそ	たまねぎ キャベツ,しいたけ,ごぼう,人参,青ねぎ バナナ	米 酒 出汁	こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒 出汁
13 月	ごはん しろみざかなふらい ひじきのごもくに みそしる ももかん	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ふる一つぜりー ぎゅうにゅう	アンパンマンのベビーせんべい 牛乳 クールゼリーの素,みかん缶 パン缶,水 牛乳	エネルギー 525kcal たんぱく質 19.1g 脂質 10.4g カルシウム 235mg 食塩 1.6g	エネルギー 403kcal たんぱく質 14.8g 脂質 8.2g カルシウム 198mg 食塩 1.3g	ホキフライ ひじき,大豆,ちくわ 豆腐,合わせみそ	人参,冷凍キヌサヤスライス キャベツ,青ねぎ 黄桃缶	米 サラダ油 さとう	出汁,こいくちしょうゆ 出汁
14 火	むぎごはん やきにくふう こまつなのきんしあえ もやしのすーぶ	ふいながーびすけつと ぎゅうにゅう かりかりらすく ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 食パン,さとう,バター 牛乳	エネルギー 552kcal たんぱく質 22g 脂質 16.6g カルシウム 262mg 食塩 1.9g	エネルギー 390kcal たんぱく質 17.5g 脂質 10g カルシウム 219mg 食塩 1.5g	豚肉 錦糸卵 わかめ	キャベツ,たまねぎ,ピーマン,人参 小松菜,人参 もやし,白ねぎ	米,押麦 サラダ油 さとう 白ごま	エバラ黄金の味 こいくちしょうゆ 鶏ガラスープ,こいくちしょうゆ
15 水	はやしらいす すばげていそてー ころころさらだ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ばななむしばん ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g サラダ油,豆乳,さとう,バナナ 牛乳	エネルギー 684kcal たんぱく質 24.4g 脂質 22.3g カルシウム 207mg 食塩 1.6g	エネルギー 500kcal たんぱく質 19.5g 脂質 16.5g カルシウム 200mg 食塩 1.3g	豚肉 ベーコン	人参,たまねぎ,マッシュルーム,パセリ たまねぎ,人参,パセリ コーン,枝豆,きゅうり,人参	米,サラダ油,ハヤシルウ スパゲティ,サラダ油 マヨネーズ	ケチャップ 食塩1kg
16 木	ごはん ちぐさやき さといものおかかに みそしる	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう ぎょうざのかわびざ ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 ギョウザ皮,刻みハム,たまねぎ ピーマン,コーン,ケチャップ チーズ 牛乳	エネルギー 548kcal たんぱく質 25.9g 脂質 17.1g カルシウム 269mg 食塩 1.6g	エネルギー 417kcal たんぱく質 20.3g 脂質 14.7g カルシウム 233mg 食塩 1.3g	凍結全卵,鶏肉 花かつお 合わせみそ	たまねぎみじん切り,(冷)ダイスカボット 冷 刻みしいたけ イワタニ,グリーンピース 人参,いんげん 冷凍ミリベジ 小松菜	米 やまいも 里芋,さとう 麩	こいくちしょうゆ,食塩1kg こいくちしょうゆ 出汁

日	曜日	献立名			栄養価		使っている主な材料			
		昼食	3時のオヤツ	材料	幼児	乳児	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
17	金	まめごはん ちくぜんに さっぱりさらだ みそしる	みれーびすけつと ぎゅうにゅう ふちしゅーくりーむ ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 業務用プチシュー 牛乳	エネルギー 518kcal 蛋白質 23.1g 脂質 13.9g カルシウム 311mg 食塩 1.9g	エネルギー 412kcal 蛋白質 18.9g 脂質 12g カルシウム 265mg 食塩 1.2g	鶏肉,厚揚げ 合わせみそ	グリーンピース レンコン,ごぼう,大根,人参,いんげん キャベツ,きゅうり,人参 冷 刻みほうれん草	米 さとう ドレッシング ダイスポテト	食塩1kg,酒,昆布 こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒 出汁
18	土	ごもくやきめし ぐだくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルテツ やさいラムネ 牛乳	エネルギー 534kcal 蛋白質 17.6g 脂質 14g カルシウム 298mg 食塩 1.1g	エネルギー 509kcal 蛋白質 16.5g 脂質 12.2g カルシウム 276mg 食塩 1.0g	豚ミンチ 並,ひじき 豆腐,(冷)きざみあげ,わかめ 味噌 バナナ	コーン,たまねぎ,人参,ピーマン 人参 バナナ	米,サラダ油	ブイオン,こいくちしょうゆ 出汁
20	月	むぎごはん ぶたにくのみそいため のりあえ だいこんのすましじる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう かんてんみるくぷりん ぎゅうにゅう	アンパンマンのベビーせんべい 牛乳 ミルクプリン,牛乳,湯 牛乳	エネルギー 476kcal 蛋白質 22.2g 脂質 12.3g カルシウム 340mg 食塩 1.4g	エネルギー 374kcal 蛋白質 18.2g 脂質 10.3g カルシウム 285mg 食塩 1.2g	豚肉,赤みそ かに風味淡雪,のり わかめ	キャベツ,たまねぎ,人参,ピーマン ほうれん草,しめじ 大根,白ねぎ	米,押麦 サラダ油,さとう,片栗粉 さとう	こいくちしょうゆ,本みりん,酒 こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ,出汁
21	火	ちゃんぽんふう しゅーまい なむる	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 米,炊き込みわかめ 牛乳	エネルギー 531kcal 蛋白質 24.1g 脂質 14g カルシウム 217mg 食塩 1.2g	エネルギー 394kcal 蛋白質 18.3g 脂質 10.8g カルシウム 194mg 食塩 0.8g	豚肉,なると巻 シューマイ	人参,はくさい,青ねぎ もやし,きゅうり,人参	冷凍ラーメン200g/パック ごま油,さとう	塩ラーメンスープ こいくちしょうゆ,酢
22	水	おうたメニュー うさちゃーはん つなさらだ はるさめすーぷ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう じゃむさんど ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 食パン,リンゴジャム 牛乳	エネルギー 670kcal 蛋白質 23.9g 脂質 24.1g カルシウム 206mg 食塩 2.1g	エネルギー 510kcal 蛋白質 21.5g 脂質 18.7g カルシウム 200mg 食塩 2.0g	豚ミンチ 並,ウィンナー,黒豆 ツナ缶	たまねぎみじん切り,ピーマン ダイスにんじん 5mm キャベツ,星型人参,きゅうり 冷 刻みほうれん草,たまねぎ	米,サラダ油 マヨネーズ 春雨	ブイオン,こいくちしょうゆ 食塩1kg 鶏ガラスープ,こいくちしょうゆ
23	木	ごはん しろみざかなのばんこやき はくさいさらだ こんそめすーぷ ばいんかん	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう あげまかろに ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 マカロニ・1kg,サラダ油,きな粉 さとう 牛乳	エネルギー 527kcal 蛋白質 21.8g 脂質 9.9g カルシウム 206mg 食塩 1.1g	エネルギー 411kcal 蛋白質 17.5g 脂質 8g カルシウム 183mg 食塩 1.1g	たら,チーズ 刻みハム	パセリ はくさい,人参 たまねぎ,人参 パイン缶	米 パン粉,サラダ油 白ドレッシング ダイスポテト	食塩1kg 食塩1kg,ブイオン
24	金	3・4・5さい おやこえんそく 1・2さい かれーらいす ぶろっこりーあえ ばなな	みれーびすけつと ぎゅうにゅう びすけつと ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 マリー 牛乳	エネルギー 449kcal 蛋白質 16.6g 脂質 13.9g カルシウム 160mg 食塩 1.3g	エネルギー 449kcal 蛋白質 16.6g 脂質 13.9g カルシウム 160mg 食塩 1.3g	豚肉	人参,たまねぎ ブロッコリー,カリフラワー,人参 バナナ	米,じゃがいも,サラダ油 さとう	とろけるカレーフレーク甘口,水 こいくちしょうゆ
25	土	やきとりどん ぐだくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルテツ やさいラムネ 牛乳	エネルギー 591kcal 蛋白質 23.2g 脂質 12g カルシウム 358mg 食塩 0.9g	エネルギー 521kcal 蛋白質 22.6g 脂質 11.0g カルシウム 320mg 食塩 0.8g	鶏肉 豆腐,(冷)きざみあげ 合わせみそ	白ねぎ,キャベツ,人参,土生姜 しいたけ,もやし,青ねぎ 冷凍ミリベジ 小松菜 バナナ	米,サラダ油,さとう	本みりん,こいくちしょうゆ 出汁
27	月	むぎごはん ぶたにくのやながわふうに かいそうさらだ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう びーちよーぐると ぎゅうにゅう	アンパンマンのベビーせんべい 牛乳 黄桃缶,ヨーグルト,さとう 牛乳	エネルギー 601kcal 蛋白質 28.7g 脂質 19.3g カルシウム 310mg 食塩 1.4g	エネルギー 459kcal 蛋白質 22.7g 脂質 15.1g カルシウム 244mg 食塩 1.2g	豚肉,卵 海藻サラダ (冷)きざみあげ,合わせみそ	ごぼう,人参,たまねぎ,白ねぎ ブロッコリー,コーン	米,押麦 サラダ油,さとう ごま醤油ドレッシング 里芋	こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒 出汁
28	火	ごはん たんどりーちきん じゃがいものこんそめに きゃべたますーぷ	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう かみかみびーんず ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 大豆,片栗粉,サラダ油 高野豆腐サイコロ・500g こいくちしょうゆ,さとう 牛乳	エネルギー 597kcal 蛋白質 29.1g 脂質 22.9g カルシウム 243mg 食塩 2.2g	エネルギー 452kcal 蛋白質 22.3g 脂質 16.6g カルシウム 220mg 食塩 2.1g	鶏肉,合わせみそ 凍結全卵	人参,いんげん キャベツ,たまねぎ,しめじ	米 はちみつ じゃがいも	酒,カレー粉 ブイオン,食塩1kg ブイオン,食塩1kg
29	水	ちゅうかどん ちんげんさいのあえもの とうふのすーぷ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう きやんでいーぽてと ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 冷凍さつまいも ダイス,サラダ油 さとう,バター,水 牛乳	エネルギー 485kcal 蛋白質 19.4g 脂質 13g カルシウム 236mg 食塩 1.2g	エネルギー 351kcal 蛋白質 15.7g 脂質 9g カルシウム 270mg 食塩 1.2g	豚肉,かまぼこ 豆腐,わかめ	たまねぎ,はくさい,人参 麻竹たけのこ水煮・ストリップ 冷凍しいたけスライス ちんげん菜,もやし,人参 たまねぎ	米,サラダ油,片栗粉 さとう,ごま油 白ごま	水,鶏ガラスープ こいくちしょうゆ,酒,水 こいくちしょうゆ,酢 鶏ガラスープ,こいくちしょうゆ
30	木	ゆかりごはん さわらのやさいあんかけ きりこんぶに みそしる おれんじ	どうぶつびすけつと ぎゅうにゅう やきどーなつ ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 焼きドーナツ 牛乳	エネルギー 496kcal 蛋白質 20g 脂質 13.6g カルシウム 218mg 食塩 1.8g	エネルギー 415kcal 蛋白質 16.7g 脂質 12.4g カルシウム 196mg 食塩 1.7g	さわら 昆布,ミニさつま揚げスライス 合わせみそ	ゆかり たまねぎ,ピーマン,人参 人参,いんげん,しいたけ 大根,青ねぎ オレンジ	米 小麦粉,サラダ油,サラダ油,片栗粉 さとう 麩	食塩1kg,酒,こいくちしょうゆ みりん風調味料 こいくちしょうゆ,出汁 出汁
31	金	みーとそーすすば ほうれんそうさらだ ほとふ	みれーびすけつと ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ ふれんちとーすと ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 食パン,牛乳,卵,さとう,バター ホイップ,イチゴカット 牛乳	エネルギー 712kcal 蛋白質 27.8g 脂質 27.1g カルシウム 265mg 食塩 2.3g	エネルギー 551kcal 蛋白質 25.4g 脂質 22.7g カルシウム 223mg 食塩 1.7g	合挽ミンチ ツナ缶 ウィンナー斜めスライス	たまねぎみじん切り,ダイスにんじん 5mm マッシュルーム ほうれん草,人参 人参,たまねぎ,ブロッコリー,パセリ	スパゲティ マヨネーズ じゃがいも	ケチャップ,ハヤシルー ブイオン,食塩1kg

仕入れの都合でメニューが変更になることがあります。ご了承下さい。