

日付	曜日	献立名	材 料 名		おやつ	補食	
1 15 29	水	ご飯 ねぎハンバーグ ごまネースサラダ 冬瓜のスープ	胚芽精米/精白米/かたくり粉/調合油/三温糖/すりごま(白)/マヨドレ(卵なし)/ごま油/★コッペパン/★薄力粉	豚ひき肉/みそ/こんぶ/花がとお/★牛乳/きな粉/★豆乳	あさつき/玉葱/ほうれんそう/にんじん/ブロッコリー/もやし/キャベツ/さやいんげん/とうがんとえのきたけ	牛乳 きな粉クリームパン	鮭 おにぎり
2 16 30	木	きびご飯 鯖の竜田揚げ わかめと胡瓜の酢の物 小松菜と豆腐の味噌汁 メロン(幼児) バナナ(乳児)	きび(精白粒)/精白米/胚芽精米/かたくり粉/調合油/三温糖/いりごま(白)/★有塩バター/★プレミックス粉(トクホ用)/粉糖	まさば/カットわかめ/★絹ごし豆腐/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳	しょうが/にんにく/にんじん/きゅうり/キャベツ/こまつな/玉葱/メロン(温室)/マーマレード(低糖度)	牛乳 オレンジ風味のブラウニー	ごま塩 おにぎり
3 17 31	金	味噌焼き肉丼 トマトのナムル 中華風コンスープ	胚芽精米/精白米/ごま油/すりごま(白)/三温糖/★薄力粉/★有塩バター/グラニュー糖/コーンフレーク	豚中型種0-ス(脂身付き)/みそ/★牛乳	にんじん/玉葱/さやえんどう/トマト/きゅうり/りょくとうもやし/ホールコーン(缶)/クリームコーン(缶)/あさつき	牛乳 カントリークッキー	ツナ おにぎり
4 18	土	焼きうどん 南瓜の煮物 なすの味噌汁 バナナ	★うどん(ゆで)/調合油/三温糖/精白米/いりごま(白)	豚中型種肩0-ス(脂肪なし)/花がとお/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳/鮭フレーク	にんじん/玉葱/青ピーマン/りょくとうもやし/キャベツ/日本かぼちゃ/なす/ぶなしめじ/バナナ	牛乳 鮭おにぎり	
6 月	月	ご飯 鶏のごま焼き しらすあえ 貝だくさん味噌汁	胚芽精米/精白米/いりごま(白)/いりごま(黒)/ごま油/★プレミックス粉(トクホ用)/★有塩バター/三温糖	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/しらす干し/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳	しょうが/にんじん/ブロッコリー/もやし/キャベツ/ほうれんそう/ホールコーン(缶)/玉葱/えのきたけ/あさつき/日本かぼちゃ	牛乳 南瓜ケーキ	おかか おにぎり
7 火	火	キラキラジャージャー麺 キャベツとみかんのサラダ お星さまスープ すいか	★蒸し中華めん/三温糖/ごま油/かたくり粉/調合油/精白米	豚ひき肉/八丁みそ/花がとお/こんぶ/★牛乳/ツナ油漬缶	しょうが/にんじん/玉葱/たけのこ(ゆで)/干し椎茸/きゅうり/みかん(缶)/キャベツ/さやいんげん/とうがんとオクラ/すいか	牛乳 和風ツナおにぎり	シュガー トースト
21 火	火	ご飯 鶏のごま焼き しらすあえ 貝だくさん味噌汁	胚芽精米/精白米/いりごま(白)/いりごま(黒)/ごま油/★プレミックス粉(トクホ用)/★有塩バター/三温糖	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/しらす干し/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳	しょうが/にんじん/ブロッコリー/もやし/キャベツ/ほうれんそう/ホールコーン(缶)/玉葱/えのきたけ/あさつき/日本かぼちゃ	牛乳 リラックマケーキ	おかか おにぎり
8 22	水	八穀ご飯 鮭の照り焼き 焼き豚サラダ ほうれん草の味噌汁	八穀だいいこく/精白米/胚芽精米/調合油/ごま油/三温糖/塩せんべい	鮭/焼き豚/みそ/煮干し/こんぶ/★牛乳	しょうが/にんじん/キャベツ/きゅうり/ほうれんそう/玉葱/えのきたけ/クールアガー/ハルシビア濃縮還元ジュース	牛乳 オレンジゼリー 塩せんべい	わかめ おにぎり
9 23	木	パン 鶏肉のアップルソース焼き ツナサラダ ミネストローネ オレンジ	★コッペパン/三温糖/調合油/オリーブ油/精白米	鶏若鶏肉モモ(皮なし)/まぐろ缶詰(水煮ルー付)/ベーコン/★牛乳/青菜じゃこ	りんご/にんじん/きゅうり/ブロッコリー/キャベツ/玉葱/セロリ/にんにく/ホールトマト(缶)/トマトクチャップ/パセリ(乾)/ハルシビアオレンジ	牛乳 青菜ちりめんおにぎり	ココア トースト
10 24	金	ポークカレーライス コールスローサラダ ウインナースープ	胚芽精米/精白米/じゃがいも/★薄力粉/★有塩バター/調合油/マヨドレ(卵なし)/三温糖/黒砂糖/★小麦(玄穀・国産・普通)/ベーキングパウダー	豚中型種肩0-ス(脂肪なし)/ウインナー/★牛乳	にんじん/玉葱/かぼちゃ/りんご/トマトクチャップ/にんにく/しょうが/ホールコーン(缶)/キャベツ/ズッキーニ/りょくとうもやし	牛乳 黒糖ちんすこう	青菜 おにぎり
11 25	土	チンジャオロース丼 中華和え 豆腐スープ オレンジ	精白米/かたくり粉/三温糖/ごま油/いりごま(白)/★プレミックス粉(トクホ用)/すりごま(白)	豚中型種肩0-ス(脂肪なし)/ツナ水煮缶/★絹ごし豆腐/★牛乳	たけのこ(ゆで)/青ピーマン/赤ピーマン/玉葱/にんじん/きゅうり/りょくとうもやし/生しいだけ(園床栽培、生)/ハルシビアオレンジ	牛乳 セサミパンケーキ	
13 27	月	冷やしうどん なすのそぼろあん バナナ	★うどん(ゆで)/いりごま(白)/三温糖/ごま油/かたくり粉/精白米	焼き豚/豚ひき肉/★牛乳/なると	きゅうり/トマト/ホールコーン(缶)/なす/にんじん/玉葱/バナナ/ねぎ	牛乳 チャーハンおにぎり	青のり トースト
14 28	火	コーンバターご飯 すずきの西京焼き ごまあえ お麩のすまし汁	精白米/胚芽精米/★有塩バター/三温糖/調合油/すりごま(白)/★焼き麩/★薄力粉/ベーキングパウダー/グラニュー糖	すずき/西京みそ/みそ/花がとお/こんぶ/★ヨーグルト/★プレーンヨーグルト/★牛乳	とうもろこし/にんじん/ブロッコリー/もやし/キャベツ/ほうれんそう/ぶなしめじ/玉葱/レーズン	ヨーグルト レーズンスコーン	ゆかり おにぎり

◎都合により献立を変更する場合があります。予めご了承ください。

★乳児クラスは午前におやつがあります。合成添加物を使わない  
自然食品のお菓子を5~10g食べています。

★牛乳は乳児組 1日100~150ml午前・午後のおやつで分けて飲んでいます。  
★幼児組は、1日100~150mlを飲んでいます。

◎必要に応じて、普通食の副菜をやわらかく煮て、食べやすく対応する場合があります(移行食)

◎急に延長になってしまった場合にせんべいの提供もすることがあります。

	乳児	幼児
エネルギー(kcal)	475	568
たんぱく質(g)	18.4	22.5
脂 質(g)	15.7	18.8
食塩相当量(g)	1.6	1.9