

	献立		食 材		備考
	11:00	9:00/15:00	11:00の食材	9:00/15:00の食材	
1 金	ひき肉とにんじんのおじゃ 鶏のごま味噌焼き 青菜のお浸し 手まり麩のすまし汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米、鶏ももひき肉、砂糖、しょうゆ、にんじん/さわら、白みそ、みりん、砂糖、酒、すりごま/ほうれん草、にんじん、えのきたけ、しょうゆ、かつお節/焼ふ、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ、かつお節	ベビーチーズ 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	ひな祭り
2 土	ロールパン キャベツと鶏肉のトマトスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 ウエハース、ハイハイ	マーガリンロール/鶏もも小間切れ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト、ケチャップ、油、かつお節/バナナ	ベビーチーズ ウエハース、ハイハイ	
4 月	固がゆ ブルコギ たたき胡瓜 卵とじみそ汁	麦茶 バナナ 麦茶 プレーンクッキー	米/豚肩小間切れ、にんにく、しょうが、りんご、ねぎ、切干大根、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、赤みそ、ごま油/きゅうり、ごま油、しょうゆ、酢/卵、たまねぎ、白みそ、煮干し	バナナ 小麦粉、バター、グラニュー糖	
5 火	固がゆ 手作りふりかけ 鶏の唐揚げ ツナのマリネ 野菜スープ いちご	麦茶 乳児用菓子 麦茶 食パン	米/かつお節、青のり、白ごま、しょうゆ、酒/鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油/キャベツ、きゅうり、にんじん、トマト、酢、しょうゆ、砂糖、ツナ油漬缶/豚肩小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、プロッコリー、コーン缶、しょうゆ、かつお節/いちご	乳児用菓子 食パン	お別れ会
6 水	ロールパン ハンバーグ じゃがいものカントリー煮 キャベツのスープ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 小松菜がゆ	マーガリンロール/豚ひき肉、たまねぎ、しょうが、パン粉、ケチャップ/豚肩小間切れ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、バター、砂糖、ケチャップ/キャベツ、コーン缶、しょうゆ、かつお節	乳児用菓子 米、小松菜、ごま油、しょうゆ	
7 木	野菜あんかけうどん かじきの竜田揚げ ほうれん草のごま和え	麦茶 バナナ 麦茶 ツナ昆布がゆ	ゆでうどん、豚肩小間切れ、たまねぎ、かつお節、しょうゆ、みりん、にんじん、もやし、しょうゆ、片栗粉/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油/もやし、ほうれん草、にんじん、すりごま、しょうゆ、砂糖	バナナ 米、ツナ油漬缶、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒、塩こんぶ	
8 金	固がゆ 変わり五目豆 野菜サラダ 豆腐と麩のみそ汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 きな粉トースト	米/じゃがいも、油、だいた水煮缶、豚肩小間切れ、凍り豆腐、にんじん、ピーマン、しょうゆ、砂糖、みりん/きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、マヨネーズ/絹ごし豆腐、焼ふ、煮干し、白みそ	ベビーチーズ 食パン、きな粉、砂糖、バター、豆乳	
9 土	玉葱とベーコンのピラフ+おかゆ 鶏のごまみそ焼き 根菜のスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 ウエハース、ハイハイ	米、ベーコン、たまねぎ、ピーマン、バター、しょうゆ/鶏もも肉、白みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、すりごま/じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、かつお節/バナナ	ベビーチーズ ウエハース、ハイハイ	
11 月	固がゆ 豚肉とキャベツの味噌炒め にんじんサラダ なめことわかめのみそ汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 バナナ蒸しパン	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、ごま油、酒、砂糖、白みそ、しょうゆ/にんじん、もやし、油、酢、砂糖、しょうゆ、白ごま/カットわかめ、なめこ、ねぎ、煮干し、白みそ	乳児用菓子 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、バナナ、油	
12 火	固がゆ 豚肉と野菜のあんかけ 和風マカロニサラダ 玉ねぎとコーンのスープ	麦茶 バナナ 麦茶 みかんヨーグルト	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうゆ、みりん、片栗粉/マカロニ、にんじん、きゅうり、ベーコン、マヨネーズ、かつお節、しょうゆ/たまねぎ、コーン缶、しょうゆ、かつお節	バナナ プレーンヨーグルト、みかん缶	
13 水	手作り大豆ミートパン ビーフンスープ かぼちゃのサラダ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 おかががゆ	強力粉、小麦粉、砂糖、ドライイースト、油、だいた水煮缶、にんにく、たまねぎ、にんじん、ケチャップ/ビーフン、チンゲン菜、にんじん、たまねぎ、豚ひき肉、しょうゆ、かつお節/かぼちゃ、きゅうり、干しぶどう、マヨネーズ	乳児用菓子 米、かつお節	
14 木	味噌煮込みうどん シューマイ ひじきのナムル	麦茶 バナナ 麦茶 青のりがゆ	ゆでうどん、豚肩小間切れ、たまねぎ、もやし、コーン缶、煮干し、白みそ、しょうゆ/豚ひき肉、干しいたけ、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、ごま油、しゅうまいの皮/ひじき、にんじん、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油	バナナ 米、青のり	
15 金	固がゆ 松風焼き キャベツの和え物 ほうれん草のすまし汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 いちごヨーグルト	米/鶏むねひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、白みそ、砂糖、酒、しょうゆ、白ごま/キャベツ、にんじん、もやし、しょうゆ/絹ごし豆腐、ほうれん草、かつお節、しょうゆ	ベビーチーズ いちご、プレーンヨーグルト	
16 土	ピザトースト 春雨スープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 ウエハース、ハイハイ	食パン、トマトピューレ、ピーマン、たまねぎ、ケチャップ/豚肩小間切れ、チンゲン菜、にんじん、木綿豆腐、しめじ、春雨、しょうゆ、ごま油、かつお節/バナナ	ベビーチーズ ウエハース、ハイハイ	
18 月	固がゆ のりの佃煮 鶏の照り焼き ジャックのおまめばたけ けんちん汁	麦茶 乳児用菓子 麦茶 わかめうどん	米/刻みのり、しょうゆ、砂糖/鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん/だいた水煮缶、小松菜、にんじん、ツナ油漬缶、すりごま、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/鶏もも小間切れ、だいこん、にんじん、ごぼう、さといも、木綿豆腐、ごま油、かつお節、しょうゆ	乳児用菓子 ゆでうどん、豚肩小間切れ、たまねぎ、カットわかめ、しょうゆ、みりん、かつお節	
19 火	固がゆ カジキの照り焼き 切干大根の炒め煮 野菜汁	麦茶 バナナ 麦茶 キャラメルポテト	米/かじき、しょうゆ、砂糖、みりん/切干大根、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、かつお節/かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、煮干し、白みそ	バナナ さつまいも、油、砂糖、バター、牛乳	
21 木	ミートソースペンネ キッシュ 和風サラダ 野菜スープ	麦茶 バナナ 麦茶 青のりがゆ	ペンネ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、粉チーズ、油/ほうれん草、たまねぎ、しめじ、ベーコン、油、とろけるチーズ、卵/キャベツ、きゅうり、トマト、しょうゆ、砂糖、ごま油、油、酢/たまねぎ、コーン缶、しょうゆ、かつお節	バナナ 米、青のり	
22 金	固がゆ 鶏の香り揚げ 青菜ともやしのしらす和え 大根のみそ汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 プレーンヨーグルト	米/鶏もも肉、片栗粉、油、しょうが、にんにく、しょうゆ、砂糖、みりん/小松菜、もやし、しらす干し、しょうゆ、ごま油/だいこん、白みそ、煮干し	ベビーチーズ プレーンヨーグルト	
23 土	ナポリタン キャベツのスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 ウエハース、ハイハイ	スパゲッティ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ/キャベツ、コーン缶、しょうゆ、かつお節/バナナ	ベビーチーズ ウエハース、ハイハイ	
25 月	固がゆ 鶏肉と野菜のあんかけ 野菜の甘酢 わかめスープ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 きな粉と小豆のクッキー	米/鶏もも小間切れ、じゃがいも、たまねぎ、にんにく、しょうゆ、みりん、片栗粉/キャベツ、きゅうり、みかん缶、砂糖、酢/カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、かつお節	乳児用菓子 小麦粉、きな粉、バター、豆乳、グラニュー糖、あずき	
26 火	固がゆ 納豆 焼き鮭 切り干し大根のサラダ チンゲン菜のスープ	麦茶 バナナ 麦茶 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	米/納豆/鮭/切干大根、キャベツ、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、マヨネーズ/チンゲン菜、たまねぎ、しょうゆ、かつお節	バナナ 乳児用菓子、プレーンヨーグルト	
27 水	ロールパン たまごサンドの具 野菜のスィムクリーム煮 バナナ	麦茶 乳児用菓子 麦茶 おかががゆ	マーガリンロール/卵、マヨネーズ/ベーコン、じゃがいも、プロッコリー、たまねぎ、にんじん、しめじ、小麦粉、バター、スキムミルク/バナナ	乳児用菓子 米、かつお節	
28 木	焼きうどん 酸味スープ さつま芋のサラダ	麦茶 バナナ 麦茶 そばろがゆ	ゆでうどん、豚肩小間切れ、もやし、キャベツ、にんじん、しょうゆ、みりん/木綿豆腐、卵、干しいたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、ごま油、酢、かつお節/さつまいも、きゅうり、マヨネーズ	バナナ 米、しょうゆ、酒、鶏むねひき肉、しょうゆ、砂糖、酒	
29 金	固がゆ 豆腐ハンバーグ ひじきとキャベツのサラダ 豚汁	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 揚げパン	米/押し豆腐、鶏ももひき肉、たまねぎ、しょうが、パン粉、油、ケチャップ/ひじき、ベーコン、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ/豚肩小間切れ、じゃがいも、ねぎ、にんじん、ごぼう、ごま油、かつお節、白みそ	ベビーチーズ コッペパン、油、グラニュー糖	
30 土	固がゆ 豚肉と野菜のあんかけ わかめスープ バナナ	麦茶 ベビーチーズ 麦茶 ウエハース、ハイハイ	米/豚肩小間切れ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、みりん、片栗粉/カットわかめ、たまねぎ、しょうゆ、かつお節/バナナ	ベビーチーズ ウエハース、ハイハイ	

※ 乳児用菓子・・・ハイハイ / マンナウェファー / マンナビスケット の いずれかの提供になります。

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満 ()は未満	材 料 名 (〇は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			
1金	洋風ちらし寿司 鰯のごま味噌焼き 青菜のお浸し 手まり麩のすまし汁	477.3(420.6) 26.2(23.7) 8.4(9.8) 2.0(2.0)	米、砂糖、焼ふ	〇ヨーグルト(加糖)、 さわら、〇チーズ、鶏も もひき肉、白みそ、かつ お節、卵、すりごま	ほうれんそう、にんじ ん、えのきたけ、ねぎ、 さやいんげん、カットわ かめ	しょうゆ、酢、酒、みり ん、食塩	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 ひなあられ カップヨーグ ルト	ひな祭り
2土	ウインナーサンド キャベツと鶏肉のトマトス ープ バナナ	429.7(385.6) 13.4(13.5) 14.0(14.4) 1.9(1.9)	〇ゼリー(オレンジ、りん ご、ぶどう)、マーガリン ロール 55g、〇せんべ い、油、マーガリンロール 45g	ウインナー、鶏もも小間 切れ、〇チーズ	バナナ、キャベツ、たま ねぎ、トマト、にんじん	ケチャップ、コンソメ、 食塩	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 菓子 ゼリー	
4月	ご飯(麦入り) ブルコギ たたき胡瓜 卵とじみそ汁	624.6(533.4) 24.8(20.2) 24.5(19.7) 2.4(1.9)	米、〇ホットケーキ粉、 〇グラニュー糖、押麦、 砂糖、ごま油	〇牛乳、豚肩小間切れ、 卵、〇バター、白みそ、 赤みそ、いわし(煮干 し)	きゅうり、たまねぎ、ね ぎ、切り干しだいごん、 りんご、しょうが、にん じんにく、〇バナナ	しょうゆ、酢、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 ココアクッ キー	
5火	ご飯(乳児はふりかけご飯) ご飯のおとも 鶏の唐揚げ 鮭のねぎみそ焼き(乳児はなし) 揚げいかのマリネ(乳児はツナ) カレースープ、いちご フルーツミックス(乳児はなし)	751.4(562.0) 37.7(22.2) 27.9(22.0) 2.8(1.8)	米、じゃがいも、片栗 粉、マヨネーズ、油、砂 糖	〇牛乳、鶏もも肉 30 g、さけ、いか、納豆、 豚肩小間切れ、白みそ、 白ごま、かつお節、ツナ 油漬缶	いちご、みかん缶、パイナップル、たま ねぎ、キャベツ、トマト、にんじ ん、きゅうり、ブロッコリー、コー ン缶、ねぎ、きざみり、しょう が、あおのり	カレールウ、しょうゆ、 酢、酒、食塩、コンソメ	牛乳	麦茶 クリームパン	お別れ会
6水	ハンバーガー じゃがいものカントリー煮 キャベツのスープ	581.3(524.9) 24.8(20.9) 22.1(17.9) 2.3(1.7)	じゃがいも、マーガリンロール 55 g、〇米、〇せんべい、パン粉、砂 糖、〇砂糖、〇ごま油、マーガリン ロール 45g	豚ひき肉、牛ひき肉、豚 肩小間切れ、〇油揚げ、 バター	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、コーン缶、 ごまつな、しょうが	ケチャップ、中濃ソー ス、しょうゆ、〇しょう ゆ、コンソメ、食塩、 〇みりん、〇食塩	麦茶 菓子	麦茶 小松菜と油揚 げのおにぎり	
7木	野菜あんかけうどん かじきの竜田揚げ ほうれん草のごま和え	512.4(417.1) 23.8(18.3) 15.3(11.7) 2.3(1.8)	ゆでうどん、〇米、片栗 粉、油、砂糖、〇砂糖、 〇ごま油	〇牛乳、かじき、豚肩小 間切れ、〇ツナ油漬缶、 なると、かつお節、すり ごま	もやし、たまねぎ、ほう れんそう、にんじん、 しょうが、〇塩こんぶ、 〇バナナ	しょうゆ、みりん、酒、 〇しょうゆ、食塩、 酒、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 ツナ昆布おに ぎり	お別れ遠足
8金	ご飯 変わり五目豆 れんごんのサラダ 豆腐と麩のみそ汁	481.7(412.1) 18.6(17.2) 13.2(13.5) 1.6(1.5)	米、じゃがいも、〇食パ ン 6枚切り、板こんに ゃく、マヨネーズ、 砂糖、砂糖、焼ふ、油	絹ごし豆腐、〇チーズ、だいず水素 缶詰、豚肩小間切れ、白みそ、 鶏ももひき肉、〇きな粉、煮り豆腐、いわ し(煮干し)、〇バター	にんじん、れんごん、 きゅうり、ピーマン	しょうゆ、みりん、食塩	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 きな粉トース ト	
9土	玉葱とベーコンのピラフ 鶏のごまみそ焼き 根菜のスープ バナナ	478.8(421.1) 16.9(16.3) 13.0(13.6) 1.4(1.5)	〇ゼリー(オレンジ、りん ご、ぶどう)、米、 〇せんべい、じゃがいも、 砂糖	鶏もも肉 30g、 〇チーズ、ベーコン、白み そ、すりごま、バター	バナナ、たまねぎ、にん じん、ピーマン	しょうゆ、みりん、食 塩、コンソメ、白ごしよ う	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 菓子 ゼリー	
11月	ご飯(麦入り) 豚肉とキャベツの味噌炒め にんじんサラダ なめことわかめのみそ汁	503.6(461.1) 18.5(18.0) 13.9(14.8) 1.6(1.4)	米、〇ホットケーキ粉、 〇砂糖、押麦、砂糖、 油、ごま油、〇油	〇牛乳、〇牛乳、豚肩小 間切れ、〇調整豆乳、白 みそ、いわし(煮干 し)、白ごま	にんじん、キャベツ、た まねぎ、もやし、なめ こ、ピーマン、ねぎ、 バナナ、カットわかめ	しょうゆ、酢、酒	牛乳	牛乳 バナナ蒸しバ ン	
12火	ハヤシライス 和風マカロニサラダ 玉ねぎとコーンのスープ	496.4(428.8) 18.8(15.3) 16.2(13.0) 2.4(1.9)	米、〇砂糖、押麦、マヨ ネーズ、マカロニ、油	豚肩小間切れ、〇スキム ミルク、ベーコン、スキ ムミルク、〇ゼラチン、 かつお節	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、コーン缶、 レモン果汁、〇みかん 缶、にんにく、〇バナナ	ハヤシルウ、しょうゆ、 食塩、コンソメ	麦茶 バナナ	スキムミルク 手作りレモン ゼリー	
13水	手作り大豆ミートパン ビーフンスープ かぼちゃのサラダ	520.2(472.0) 14.0(12.2) 13.4(10.9) 1.6(1.3)	〇米、強力粉、〇せんべ い、砂糖、小麦粉、ビー フン、油、マヨネーズ、 〇砂糖	豚ひき肉、だいず水素 缶詰、〇白みそ	たまねぎ、かぼちゃ、に んじん、きゅうり、チン ゲンサイ、干しぶどう、 にんにく	ケチャップ、しょうゆ、 〇みりん、食塩、ドライ イースト、コンソメ	麦茶 菓子	麦茶 みそ焼きおに ぎり	
14木	味噌ラーメン シュウマイ ひじきのナムル	465.3(406.0) 21.4(17.5) 14.6(11.8) 1.5(1.2)	ゆで中華めん、〇米、 しょうまいの皮、砂糖、 ごま油、油	〇牛乳、豚ひき肉、豚肩 小間切れ、白みそ、いわ し(煮干し)、バター、 干しえび、〇白ごま	もやし、たまねぎ、きゅ うり、にんじん、コーン 缶、ひじき、しょうが、 干ししいたけ、〇バナナ	しょうゆ、中華スープ、 酢、〇ゆかり、食塩	麦茶 バナナ	牛乳 ゆかりおにぎ り	
15金	鶏としめじのおこわ 松風焼き キャベツのゆかり和え ほうれん草のすまし汁	523.5(437.9) 26.4(23.2) 14.3(14.0) 2.1(2.0)	〇マーガリンロール 45g、米、もち米、砂 糖、〇砂糖	鶏むねひき肉、〇豆乳クリーム、絹 ごし豆腐、豚ひき肉、〇チーズ、鶏 ももひき肉、〇スキムミルク、かつ お節、白みそ、白ごま	キャベツ、にんじん、 たまねぎ、ほうれんそう、 〇みかん缶、もやし、しめじ、 たけのこ(ゆで)	しょうゆ、酒、みりん、 ゆかり、食塩	麦茶 ペビーチーズ	スキムミルク ココア フルーツサン ド	
16土	ピザトースト 春雨スープ バナナ	328.3(290.5) 10.8(11.0) 8.1(9.4) 1.3(1.3)	〇ゼリー(オレンジ、りん ご、ぶどう)、食パン 6枚切り、〇せんべい、 はるさめ、ごま油	木綿豆腐、豚肩小間切 れ、〇チーズ、ウイン ナー	バナナ、トマトピュー レ、チンゲンサイ、たま ねぎ、しめじ、ピーマ ン、にんじん	ケチャップ、しょうゆ、 コンソメ、食塩	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 菓子 ゼリー	
18月	のり佃煮ご飯 タンドリーチキン ジャックのおまめばたけ けんちん汁	567.6(508.0) 29.5(26.5) 22.8(21.5) 2.0(1.7)	米、〇ゆで中華めん、さ といも、砂糖、ごま油、 〇ごま油	〇牛乳、〇牛乳、鶏もも肉 30g、 木綿豆腐、鶏もも小間切れ、ツナ油 漬缶、だいず水素缶詰、〇豚肩小間 切れ、ヨーグルト(無糖)、かつお 節、油揚げ、すりごま	ごまつな、だいごん、に んじん、〇たまねぎ、ご ぼう、きざみり、 カットわかめ、にんにく	しょうゆ、カレールウ、 〇中華スープ、酢、 鶏ガラ、食塩	牛乳	牛乳 わかめラメ ン	
19火	ご飯(麦入り) カジキの香草焼き 切干大根の炒め煮 野菜汁	518.3(446.7) 23.7(19.3) 13.3(10.6) 1.6(1.2)	米、〇さつまいも、〇砂 糖、板こんにゃく、押 麦、〇油、パン粉、油、 砂糖	かじき、〇スキムミル ク、白みそ、油揚げ、 〇牛乳、〇バター、いわし (煮干し)、かつお節	にんじん、かぼちゃ、た まねぎ、切り干しだいご ん、ねぎ、いんげん、に んにく、〇バナナ	しょうゆ、酒、みりん、 パセリ粉、食塩、カレ ー粉	麦茶 バナナ	スキムミルク キャラメルポ テト	
21木	ミートソースペンネ キッシュ 和風サラダ コンソメスープ	571.2(490.8) 24.9(20.3) 22.8(18.3) 2.3(1.9)	ペンネ、〇米、油、ごま 油、砂糖	〇牛乳、卵、豚ひき肉、 ベーコン、とろけるチー ーズ、生クリーム、かつお 節、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、トマ ト、ほうれんそう、きゅうり、ピーマン、に んじん、しめじ、コーン缶、トマ トピューレ、〇バナナ	ケチャップ、しょうゆ、 中濃ソース、酢、 〇炊き込みわかめ、食塩、コン ソメ、白ごしょう	麦茶 バナナ	牛乳 わかめおにぎ り	
22金	ご飯 鶏の香り揚げ 青菜ともやしのしらす和え 大根のみそ汁	506.7(444.1) 21.2(19.7) 22.5(21.1) 1.8(1.7)	米、片栗粉、〇砂糖、 油、砂糖、ごま油	鶏もも肉 30g、〇チーズ、 クリームチーズ、〇生クリーム、 〇ヨーグルト(無糖)、白みそ、しらす 干し、油揚げ、いわし(煮干し)、 〇ゼラチン	ごまつな、だいごん、も やし、〇レモン果汁、に んにく、しょうが	しょうゆ、みりん	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 レアチーズ ケーキ	卒園式
23土	ナポリタン キャベツのスープ バナナ	338.9(309.9) 8.3(9.3) 7.5(9.2) 1.2(1.3)	〇ゼリー(オレンジ、りん ご、ぶどう)、スパゲ ティ、〇せんべい、油	〇チーズ、ウインナー	バナナ、たまねぎ、キャ ベツ、ピーマン、コーン 缶、にんじん	ケチャップ、ウスター ソース、しょうゆ、コン ソメ、食塩	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 菓子 ゼリー	
25月	バターチキンカレー 野菜の甘酢 わかめスープ 飲むヨーグルト	587.7(537.0) 16.6(16.6) 17.2(17.4) 1.9(1.7)	米、じゃがいも、〇小麦 粉、〇グラニュー糖、押 麦、砂糖	〇牛乳、乳酸菌飲料、鶏もも小 間切れ、ヨーグルト(無糖)、 あずき(ゆで)、〇豆乳、 〇バター、〇きな粉、 〇バター	たまねぎ、キャベツ、 ホールトマト缶詰、みか ん缶、きゅうり、カット わかめ、にんにく	カレールウ、酢、しょう ゆ、食塩、コンソメ、 〇食塩	牛乳	麦茶 きな粉と小豆 のクッキー	
26火	納豆ご飯 鮭の塩焼き 切り干し大根のサラダ チンゲン菜のスープ	438.1(394.6) 24.9(21.0) 7.1(5.8) 1.7(1.3)	米、〇せんべい、押麦、 マヨネーズ、砂糖	〇ヨーグルト(加糖)、 さけ、納豆	キャベツ、チンゲンサ イ、たまねぎ、にんじ ん、切り干しだいごん、 〇バナナ	しょうゆ、食塩、酢、コ ンソメ、白ごしょう	麦茶 バナナ	麦茶 菓子 カップヨーグ ルト	
27水	たまごサンド 野菜のスキムクリーム煮 バナナ	549.5(498.6) 19.2(16.5) 19.0(15.4) 1.9(1.5)	マーガリンロール 55g、 〇米、〇せんべい、じゃが いも、マヨネーズ、小麦 粉、マーガリンロール 45 g	卵、ベーコン、〇スキム ミルク、スキムミルク、 バター、〇かつお節、 油揚げ	バナナ、たまねぎ、にん じん、しめじ、ブロッコ リー、〇たけのこ、 〇干ししいたけ	〇しょうゆ、〇酒、コン ソメ、食塩、〇食塩	麦茶 菓子	スキムミルク たけのご飯	
28木	五目焼きそば 酸味スープ さつま芋のサラダ	548.2(463.7) 21.6(17.6) 17.1(13.4) 1.7(1.4)	焼きそばめん、〇米、さ つま芋、マヨネーズ、 片栗粉、〇砂糖、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚肩 小間切れ、〇鶏むねひき 肉、卵、なると	もやし、きゅうり、キャ ベツ、にんじん、ねぎ、 干ししいたけ、〇バナナ	しょうゆ、中華スープ、 〇しょうゆ、酢、 〇酒、食塩、鶏ガラ、コンソメ	麦茶 バナナ	牛乳 そばろおにぎ り	
29金	ご飯(麦入り) 豆腐ハンバーグ ひじきとキャベツのサラダ 豚汁	590.2(506.3) 24.1(21.7) 23.1(21.4) 2.3(2.1)	米、〇コッペパン、じゃが いも、押麦、〇油、マヨ ネーズ、パン粉、 グラニュー糖、油、砂糖、ごま 油	〇牛乳、押し豆腐、鶏もも ひき肉、〇チーズ、豚肩小 間切れ、米みそ(淡色辛み そ)、ベーコン、油揚げ、 かつお節	キャベツ、たまねぎ、 コーン缶、ねぎ、にんじ ん、ごぼう、ひじき、 しょうが	ケチャップ、中濃ソー ス、しょうゆ、食塩、白 ごしょう	麦茶 ペビーチーズ	牛乳 揚げパン	
30土	ハヤシライス わかめスープ バナナ	485.8(427.4) 16.1(15.6) 12.0(12.7) 2.5(2.3)	〇ゼリー(オレンジ、りん ご、ぶどう)、米、 〇せんべい、油	豚肩小間切れ、〇チー ーズ、かつお節	バナナ、たまねぎ、にん じん、カットわかめ	ハヤシルウ、しょうゆ、 食塩、コンソメ	麦茶 ペビーチーズ	麦茶 菓子 ゼリー	