



日	曜日	未満児おやつ	献立名	主な食材			午後のおやつ	エネルギー たんぱく質 脂質()は未満児		
				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
2	月	チーズ ジュース	ハンバーガー・花野菜サラダ 南瓜のポタージュ(クルトン) 果物・牛乳	コッペパン 油 ドレッシング マーガリン	牛乳 ウィナー 豚肉 牛肉 卵 生クリーム バター	南瓜 玉葱 人参 ブロッコリー レタス カリフラワー	☆アメリカンドック 麦茶	717(602) 28(24) 37(30)		
3	火		憲法記念日							
4	水		みどりの日							
5	木		こどもの日							
6	金	ソーセージ ジュース	わかめうどん 竹輪の磯部揚げ 果物・チーズ	うどん 小麦粉 油	竹輪 卵 チーズ かまぼこ 油揚げ	ほうれんそう わかめ あおのり	ミニたいやき 牛乳	341(327) 17(15) 11(10)		
7	土		弁当(市販)・牛乳							
9	月	アスパラガス ジュース	人参としらすごはん しゅうまい・南瓜の甘煮 中華風コンソープ	米 砂糖 ソーセージ	牛乳 卵 しらす干し	南瓜 クリームコーン缶 コーン 人参 あさつき グリーンピース	ソーセージパン 牛乳	566(512) 20(17) 15(13)		
10	火	ハーベスト ジュース	クロワッサン・鶏肉のから揚げ 胡瓜とコーンのサラダ コンソメスープ・牛乳	クロワッサン 油 片栗粉 ドレッシング	牛乳 鶏肉 ベーコン	キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 コーン しょうが にんにく	まんじゅう 麦茶	599(547) 29(24) 25(19)		
11	水	えびせんべい ジュース	ゆかりごはん・白身魚フライ コールスローサラダ チンゲンサイのスープ・果物	米 マヨネーズ パン粉 小麦粉 はるさめ 砂糖	牛乳 カレイ 卵 ハム ごま	チンゲンサイ キャベツ 胡瓜 りんご コーン レーズン 玉葱 パセリ	☆2色ゼリー 牛乳	574(467) 21(16) 22(15)		
12	木	クラッカー ジュース	ごはん・がんもの含め煮 わかめ酢の物 切干大根の味噌汁	米 砂糖	牛乳 がんもどき 味噌 油揚げ かにかまぼこ	胡瓜 南瓜 わかめ 人参 玉葱 いんげん 切干大根	アップルパイ 牛乳	649(478) 19(14) 23(14)		
13	金	バナナ ヤクルト	ソースやきそば・炒り卵 わかめスープ・チーズ	蒸中華麺 食パン 油 マーガリン はちみつ	牛乳 卵 豚肉 チーズ かまぼこ バター	キャベツ 玉葱 コーン わかめ グリンピース 人参 葉葱 ビーマン	☆ハニーパン 牛乳	629(517) 23(19) 29(22)		
14	土		保護者会総会					おむすび・牛乳		
16	月	ソーセージ ジュース	ごはん・鶏肉のごま味噌焼き じゃが芋とひき肉の煮物 キャベツの味噌汁	米 じゃが芋 砂糖 油	牛乳 鶏肉 豚肉 味噌 油揚げ ごま	キャベツ 人参 玉葱 グリーンピース わかめ	ビスケット 牛乳	627(466) 23(18) 16(12)		
17	火	クッキー ジュース	食パン(ジャム)・チキンスープ オムレツのミートソースかけ 切干大根のサラダ・牛乳	食パン 米 油 マーガリン 砂糖	牛乳 卵 鮭 豚肉 鶏肉 牛肉 ごま かにかまぼこ	玉葱 キャベツ 人参 胡瓜 えのき茸 やきのり トマトピューレ 切干大根	おむすび 麦茶	595(493) 24(18) 22(19)		
18	水	せんべい ジュース	えびピラフ・キャベツサラダ クラムチャウダー 果物	米 じゃが芋 小麦粉 砂糖 ドレッシング	牛乳 卵 ベーコン えび あさり バター	玉葱 キャベツ 人参 りんご コーン レーズン マッシュルーム	☆オレンジ蒸しパン 牛乳	579(470) 15(12) 17(12)		
19	木	動物ビスケット ジュース	ごはん・松風焼き ひじき豆・ニラ玉スープ	米 クロワッサン パン粉 砂糖 油	牛乳 鶏肉 卵 大豆 味噌 ごま	人参 長葱 たら 玉葱 コーン ひじき グリーンピース	ミニチョコクロワッサン 牛乳	649(495) 27(19) 25(17)		
20	金	ウエハース ジュース	大豆カレー・マカロニサラダ 果物・牛乳	米 じゃが芋 マヨネーズ マカロニ	牛乳 ヨーグルト 大豆 ウィナー 卵	玉葱 人参 胡瓜 ビーマン コーン	ヨーグルト	559(492) 18(16) 18(14)		
21	土		弁当(市販)・牛乳							
23	月	たまごボーロ ジュース	わかめごはん・鶏肉の照り焼き 南瓜のサラダ・かきたま汁	米 マヨネーズ 油 小麦粉 砂糖 片栗粉	牛乳 鶏肉 ハム ごま	南瓜 胡瓜 コーン 長葱 わかめ 生姜	たいこやき 牛乳	569(493) 19(15) 15(11)		
24	火	えびせん ジュース	ロールパン(ジャム) ミートローフ・人参の甘煮 たまごスープ・牛乳	ロールパン 米 パン粉 砂糖 油 マーガリン	牛乳 豚肉 牛肉 たまご 油揚げ 豆腐 かまぼこ	玉葱 人参 長葱	いなり寿司 麦茶	694(617) 29(24) 29(24)		
25	水	動物ビスケット ジュース	鮭寿司・大豆のコロコロサラダ 南瓜チップ・ひじきの味噌汁 果物	米 マヨネーズ 砂糖 油	牛乳 鮭 大豆 卵 味噌 油揚げ ごま	南瓜 胡瓜 トマト 人参 長葱 ひじき わかめ	☆お楽しみデザート 牛乳	668(509) 22(16) 24(17)		
26	木	チーズ ジュース	ごはん・かじきの照り焼き わかめの酢味噌和え 小松菜のすまし汁	米 油 砂糖	牛乳 かじき かまぼこ 味噌	胡瓜 小松菜 わかめ えのき茸 レタス 人参	スティックパン 牛乳	533(483) 20(17) 19(18)		
27	金	ウエハース ジュース		親子遠足					せんべい 牛乳	
28	土		弁当(市販)・牛乳							
30	月	バナナ ヤクルト	ごはん・豚肉の生姜焼き もやしと人参のナムル 麩のすまし汁	米 麩 油	牛乳 豚肉 ごま	もやし 人参 えのき茸 わかめ 長葱 生姜	やきそばパン 牛乳	678(433) 19(14) 18(12)		
31	火	ビスコ ジュース	食パン(ジャム) 鶏肉のケチャップ煮・牛乳 ポテトサラダ・豆腐スープ	食パン じゃが芋 マヨネーズ 小麦粉 油 砂糖	鶏肉 豆腐 ハム	胡瓜 玉葱 ビーマン 長葱 人参 椎茸 コーン	せんべい ジュース	610(436) 22(15) 16(13)		

- 献立は仕入れの都合により 変更することがあります
- ☆印は手作りおやつです
- 土曜のおやつは人数が確定してから決めます

目標値	平均
615(465)	606(500)
23(17)	22(18)
17(13)	21(16)

