



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		
1	水	クラッカー ジュース	ご飯・マーボー豆腐 さつまいものレモン煮 麩のすまし汁	さつまいも 米 砂糖 ごま油 片栗粉	牛乳 豆腐 豚肉 味噌	人参 なめこ 茹で筍 椎茸 レモン 長葱	アップルパイ 牛乳	699(513) 22(16) 22(15)
2	木	クッキー ジュース	ご飯・八宝菜 厚焼きたまご なめこ汁	米 砂糖 麩 ごま油 片栗粉	牛乳 卵 豚肉 ナルト	白菜 玉葱 茹で筍 えのき茸 人参 ピーマン 長葱 干し椎茸	たいこ焼き 牛乳	577(439) 20(15) 16(12)
3	金	ソーセージ ジュース	ご飯・果物 節分ハンバーグ・人参の甘煮 かき玉汁	米 小麦粉 砂糖 ビーフン 油 片栗粉	牛乳 卵 豚肉 牛肉	人参 玉葱 長葱	☆かりんとう 牛乳	618(500) 22(18) 20(16)
4	土	弁当(市販)・牛乳						
6	月	ウエハース ジュース	ご飯 ふろふき大根・ひじき豆 厚揚げの味噌汁	米 食パン 砂糖 マヨネーズ 油	牛乳 豚肉 厚揚げ 味噌 大豆	大根 長葱 コーン ひじき わかめ グリーンピース	マンチカツサンド 牛乳	600(429) 21(15) 18(12)
7	火	えびせん ジュース	食パン(ジャム)・牛乳 カレーのカップ焼き 冬のコロコロサラダ・チキンスープ	食パン じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 カレイ うずら卵 鶏肉 生クリーム	人参 玉葱 コーン 胡瓜 大根 マッシュルーム	せんべい カルピス	727(562) 28(21) 25(19)
8	水	チーズ ジュース	ご飯・えびフライ ほうれんそうのごま和え はるさめスープ・果物	米 マヨネーズ 油 パン粉 砂糖 小麦粉	牛乳 えび 卵 ごま	ほうれんそう 人参 大根 茹で筍 コーン 玉葱 わかめ	☆スティックパイ 牛乳	716(533) 23(18) 30(22)
9	木	バナナ ヤクルト	ご飯・鶏肉のごま味噌焼き 白菜のごまドレッシング和え 豆腐の味噌汁	米 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 豆腐 味噌 油揚げ しらす干し ごま	白菜 長葱 人参 わかめ	ビスケット 牛乳	479(356) 21(16) 13(9)
10	金	せんべい ジュース	カレーうどん・チーズ 大根とツナの和え物 果物	うどん 白玉 砂糖 油 マヨネーズ	牛乳 茹で小豆 豚肉 ツナ チーズ	玉葱 大根 胡瓜 長葱 人参 コーン グリーンピース	☆白玉ぜんざい 牛乳	636(516) 19(15) 22(17)
11	土	建国記念の日						
13	月	えびせんべい ジュース	ご飯・厚揚げのそぼろ煮 ほうれんそうとジャコの磯和え 中華風コンソープ	米 砂糖 片栗粉 油	牛乳 厚揚げ 豚肉 卵 しらす干し	ほうれんそう 人参 クリームコーン 玉葱 えのき茸	ソーセージパン 牛乳	562(427) 24(18) 18(12)
14	火	アスパラガス ジュース	クロワッサン・牛乳 ミートローフ・花野菜サラダ たまごスープ	クロワッサン 米 パン粉 油 ドレッシング	牛乳 豚肉 ハム 牛肉 卵 豆腐 鮭 かまぼこ ごま	玉葱 ブロッコリー カリフラワー 長葱	おむすび 麦茶	637(563) 28(22) 31(25)
15	水	チーズ ジュース	ご飯・ソースカツ丼 干野菜サラダ ひじきの味噌汁 果物	給食試食会			☆マシュマロおこし 牛乳	732(600) 28(22) 12(11)
16	木	たまごボーロ ジュース	ご飯・肉じゃが キャベツのツナマヨネーズ和え かぶの味噌汁	米 じゃが芋 クロワッサン しらたき 砂糖	牛乳 豚肉 味噌 ツナ 油揚げ	キャベツ 胡瓜 かぶ 人参 さやえんどう わかめ	ミニチョコクロワッサン 牛乳	683(536) 19(14) 29(21)
17	金	クッキー ジュース	大豆カレー・牛乳 スパゲティのツナサラダ 果物	米 干し芋 じゃが芋 スパゲティ	牛乳 大豆 ウィンナー ツナ	玉葱 胡瓜 人参 コーン ピーマン	ゼリー 干し芋	672(577) 17(15) 18(15)
18	土	弁当(市販)・牛乳						
20	月	ビスコ ジュース	ご飯・小松菜の納豆和え じゃが芋とひき肉の煮物 ウィンナー・かきたま汁	米 じゃが芋 砂糖 小麦粉 油 片栗粉	牛乳 ウィンナー 卵 納豆 豚肉 卵	人参 小松菜 玉葱 長葱 グリンピース	蒸しパン 牛乳	650(504) 22(16) 25(16)
21	火	バナナ ヤクルト	食パン(ジャム)・牛乳 ローストチキン・コンソメスープ マセドアンサラダ	食パン じゃが芋 マヨネーズ 油	牛乳 鶏肉 卵 ベーコン ハム チーズ	キャベツ 人参 玉葱 胡瓜	おだんご 麦茶	640(454) 22(16) 28(21)
22	水	せんべい ジュース	コンソープスパゲティ 切り干し大根のサラダ チーズ・果物	じゃが芋 スパゲティ 小麦粉 油 砂糖	牛乳 ベーコン チーズ パター かにかまぼこ	クリームコーン 玉葱 胡瓜 人参 切干大根	コロケ 牛乳	796(673) 27(22) 31(24)
23	木	ハーベスト ジュース	ご飯・厚揚げの味噌汁 すき焼き風煮物 スイートポテトサラダ	米 さつまいも しらたき 砂糖 マヨネーズ	牛乳 豚肉 味噌 厚揚げ なたと	白菜 玉葱 大根 長葱 人参 コーン 胡瓜 えのき茸 わかめ	スティックパン 牛乳	553(425) 17(12) 16(12)
24	金	動物ビスケット ジュース	五目ラーメン・チーズ 豆腐のそぼろ味噌かけ 果物	生中華麺 砂糖 ごま油	牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉 チーズ 味噌	もやし チンゲンサイ 人参 コーン 胡瓜 えのき茸 わかめ	☆お楽しみデザート 牛乳	645(475) 26(19) 22(15)
25	土	弁当(市販)・牛乳						
27	月	たまごボーロ ジュース	わかめご飯 鶏肉の照り焼き もやしのカレー風味・豚汁	米 やきそば パン さといも こんにゃく	牛乳 鶏肉 豚肉 味噌 油揚げ	もやし キャベツ 大根 人参 長葱 ごぼう さやえんどう	あんパン 牛乳	639(523) 23(17) 22(16)
28	火	チーズ ジュース	ロールパン(ジャム)・牛乳 サーモンシチュー コールスローサラダ・果物	じゃが芋 米 小麦粉 砂糖	牛乳 油揚げ 鮭 ハム	玉葱 胡瓜 キャベツ りんご ブロッコリー 人参 レーズン	いなり寿司 麦茶	659(606) 22(20) 26(24)

- 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
610(470)	619(526)
23(17)	23(19)
17(13)	21(17)

