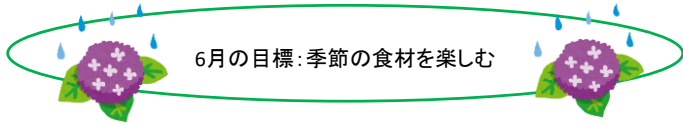


<献立表>



※1~5歳児には午前おやつとして小魚が提供されます。  
 ※日々安心・安全な食品を納品していますが納品状況により献立変更する場合がございます。  
 ※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつのカロリー乳児は8割で計算しています。  
 ※1日の幼児の昼食とおやつのカロリーは549kcalです。

	日	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
昼食		ご飯 豆腐チャンプルー たたき胡瓜 中華風コーンスープ オレンジ	豚肉の甘辛丼 オクラともやしの和風サラダ 茄子と油揚げの味噌汁 メロン	桜えびご飯 鯨のから揚げ~カレー風味~ 蓮根と人参のサラダ~玉ねぎドレ 小松菜と椎茸のすまし汁 バナナ	ご飯 牛肉と春雨の炒め煮 切干大根とツナのおえ物 ほうれん草と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト		ご飯 炒り豆腐 胡瓜と人参のおかか和え かぶとしめじの味噌汁 フルーツゼリー
	3時	ほくほくじゃがバター 小魚 牛乳	ミルクプリン~いちごソース~ ビスケット 麦茶	しらすとチーズのトースト ヨーグルトドリンク		せんべい ビスケット 牛乳	
		エネルギー 434 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 14.5 g 炭水化物計 57.2 g 炭差引法 59.1 g 有機酸 0.6 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 18.6 g 炭水化物計 68.6 g 炭差引法 73.9 g 有機酸 0.1 g	エネルギー 680 kcal 蛋白質 30.5 g 脂質 12.5 g 炭水化物計 95.4 g 炭差引法 103.8 g 有機酸 2.5 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 12.2 g 炭水化物計 49.0 g 炭差引法 53.9 g 有機酸 0.7 g	エネルギー 262 kcal 蛋白質 9.3 g 脂質 8.8 g 炭水化物計 34.0 g 炭差引法 37.4 g 有機酸 0.2 g	エネルギー 497 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 17.2 g 炭水化物計 63.8 g 炭差引法 70.3 g 有機酸 0.8 g
	7	8	9	10	11	12	13
昼食	ご飯 鯖の塩焼き キャベツと油揚げのお浸し きのこの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鶏肉とじゃが芋の炒め物 キャベツと大根のさっぱり和え 豆腐となめこの味噌汁 グレープフルーツ	ご飯 カジキのみそ焼き 胡瓜と若布の酢の物 小町麩のすまし汁 バナナ	雑穀ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ひじきのマヨサラダ オクラと大根の味噌汁 オレンジ	麦ご飯 鶏と卵のさっぱり煮 ほうれん草と人参の胡麻和え スナップエンドウとしめじの味噌 グレープフルーツ	キーマカレー コールスローサラダ アスパラガスとベーコンのスープ バナナ	野菜炒め丼 キャベツの海苔和え 大根と若布の味噌汁 フルーツゼリー
	3時	しらすおかかおにぎり 牛乳	ほうれん草と豚肉のチヂミ 牛乳	カエル蒸しパン 牛乳	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶	人参とツナのおやき 小魚 麦茶	クリームパン 牛乳
	エネルギー 593 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 17.3 g 炭水化物計 84.5 g 炭差引法 93.4 g 有機酸 1.1 g	エネルギー 539 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 16.4 g 炭水化物計 72.3 g 炭差引法 76.0 g 有機酸 1.4 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 14.2 g 炭水化物計 74.5 g 炭差引法 86.4 g 有機酸 0.9 g	エネルギー 443 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.1 g 炭水化物計 62.9 g 炭差引法 68.9 g 有機酸 0.1 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 25.6 g 脂質 15.4 g 炭水化物計 74.1 g 炭差引法 80.9 g 有機酸 1.2 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 17.9 g 炭水化物計 68.2 g 炭差引法 74.8 g 有機酸 0.5 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 14.6 g 炭水化物計 68.2 g 炭差引法 73.3 g 有機酸 0.9 g
	14	15	16	17	18	19	20
昼食	ご飯 豚肉の生姜炒め 胡瓜と若布の酢の物 玉葱と椎茸の味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豆腐チャンプルー たたき胡瓜 中華風コーンスープ オレンジ	豚肉の甘辛丼 オクラともやしの和風サラダ 茄子と油揚げの味噌汁 メロン	桜えびご飯 鯨のから揚げ~カレー風味~ 蓮根と人参のサラダ~玉ねぎドレ 小松菜と椎茸のすまし汁 バナナ	ご飯 牛肉と春雨の炒め煮 切干大根とツナのおえ物 ほうれん草と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト	ウインナーとピーマンのナポリタン コロコロ野菜のサラダ 人参とセロリのコンソメスープ オレンジ	ご飯 炒り豆腐 胡瓜と人参のおかか和え かぶとしめじの味噌汁 フルーツゼリー
	3時	ツナおにぎり 麦茶	ほくほくじゃがバター 小魚 牛乳	ミルクプリン~いちごソース~ ビスケット 麦茶	しらすとチーズのトースト ヨーグルトドリンク	トマトとささみの素麺 麦茶	油揚げとひじきの炊き込みご飯 麦茶
	エネルギー 493 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 10.2 g 炭水化物計 77.5 g 炭差引法 83.0 g 有機酸 0.7 g	エネルギー 434 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 14.5 g 炭水化物計 57.2 g 炭差引法 59.1 g 有機酸 0.6 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 18.6 g 炭水化物計 68.6 g 炭差引法 73.9 g 有機酸 0.1 g	エネルギー 680 kcal 蛋白質 30.5 g 脂質 12.5 g 炭水化物計 95.4 g 炭差引法 103.8 g 有機酸 2.5 g	エネルギー 453 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 12.4 g 炭水化物計 60.5 g 炭差引法 67.4 g 有機酸 0.7 g	エネルギー 370 kcal 蛋白質 11.7 g 脂質 10.1 g 炭水化物計 53.0 g 炭差引法 57.9 g 有機酸 0.2 g	エネルギー 497 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 17.2 g 炭水化物計 63.8 g 炭差引法 70.3 g 有機酸 0.8 g
	21	22	23	24	25	26	27
昼食	ご飯 鯖の塩焼き キャベツと油揚げのお浸し きのこの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鶏肉とじゃが芋の炒め物 キャベツと大根のさっぱり和え 豆腐となめこの味噌汁 グレープフルーツ	ご飯 カジキのみそ焼き 胡瓜と若布の酢の物 小町麩のすまし汁 バナナ	雑穀ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ひじきのマヨサラダ オクラと大根の味噌汁 オレンジ	麦ご飯 鶏と卵のさっぱり煮 ほうれん草と人参の胡麻和え スナップエンドウとしめじの味噌 グレープフルーツ	バターロール チキンピカタ カラフル野菜のマリネサラダ ヴィンソワーズ 紫陽花ゼリー	野菜炒め丼 キャベツの海苔和え 大根と若布の味噌汁 フルーツゼリー
	3時	しらすおかかおにぎり 牛乳	ほうれん草と豚肉のチヂミ 牛乳	カエル蒸しパン 牛乳	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶	かたつむりロールケーキ 牛乳	せんべい ビスケット 牛乳
	エネルギー 593 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 17.3 g 炭水化物計 84.5 g 炭差引法 93.4 g 有機酸 1.1 g	エネルギー 538 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 16.4 g 炭水化物計 72.2 g 炭差引法 75.8 g 有機酸 1.4 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 14.2 g 炭水化物計 74.5 g 炭差引法 86.3 g 有機酸 0.9 g	エネルギー 443 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 10.1 g 炭水化物計 62.9 g 炭差引法 68.9 g 有機酸 0.1 g	エネルギー 556 kcal 蛋白質 25.7 g 脂質 15.4 g 炭水化物計 74.1 g 炭差引法 81.0 g 有機酸 1.2 g	エネルギー 641 kcal 蛋白質 31.0 g 脂質 27.4 g 炭水化物計 68.3 g 炭差引法 73.1 g 有機酸 0.9 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 14.6 g 炭水化物計 68.2 g 炭差引法 73.3 g 有機酸 0.9 g
	28	29	30				
昼食	ご飯 豚肉の生姜炒め 胡瓜と若布の酢の物 玉葱と椎茸の味噌汁 ヨーグルト	ご飯 鶏肉のトマト煮 3色野菜のさっぱりサラダ ペイザンヌスープ オレンジ	ウインナーとピーマンのナポリタン コロコロ野菜のサラダ 人参とセロリのコンソメスープ バナナ				
	3時	ツナおにぎり 麦茶	カリカリてるてる坊主 牛乳	油揚げとひじきの炊き込みご飯 麦茶			
	エネルギー 493 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 10.2 g 炭水化物計 77.5 g 炭差引法 83.0 g 有機酸 0.7 g	エネルギー 447 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 14.6 g 炭水化物計 58.7 g 炭差引法 60.7 g 有機酸 0.4 g	エネルギー 370 kcal 蛋白質 11.7 g 脂質 10.1 g 炭水化物計 53.0 g 炭差引法 57.9 g 有機酸 0.2 g				