

卵		
除去対応		

	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土
曜	日					1	日	17	18	19	20	21	22
おやつ						お菓子	おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
屋食						ごはん 豚とトマトの甘辛炒め スティック野菜マヨ添え 味噌汁	屋食	ごはん コーンコロッケ 高野豆腐の煮物 味噌汁	ごはん トマトと豚挽肉のトマト煮 だいこんサラダ スープ	ごはん 油淋鶏 マカロニサラダ 味噌汁	ごはん 白身魚のカラフル焼 南瓜とひじき煮 味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ和風あん 白菜の煮浸し 味噌汁	ごはん 豚肉の生姜焼 切干の煮物 味噌汁
主要食材						米・豚挽肉・しょうが汁・じゃが芋 玉ねぎ・ピーマン・大根・胡瓜・人参 トマト・味噌	主 要 食 材	米・じゃが芋・コーン・玉ねぎ・小麦粉 パン粉・トマト・かつお節・高野豆腐 人参・いんげん・味噌	米・豚挽肉・玉ねぎ・じゃが芋 トマト缶・ケチャップ・パプリカ 大根・胡瓜・人参・コーン・酢	米・鶏肉・片栗粉・長ねぎ・酢・ごま油 しょうが汁・トマト・パプリカ・マカロニ 胡瓜・人参・トマト・味噌	米・鶏肉・しょうが汁・人参・小ねぎ トマト・ブロッコリー・南瓜・ひじき 味噌	米・豆腐・鶏挽肉・長ねぎ・人参 ひじき・パン粉・片栗粉・白菜・もやし 味噌	米・豚肉・しょうが汁・玉ねぎ トマト・じゃが芋・切干大根・人参 いんげん・味噌
おやつ						アップルゼリー 牛乳	おやつ	★お楽しみおやつ＜年度対応＞ 牛乳	菜めしおにぎり 牛乳	キャロットケーキ 牛乳	五平もち 牛乳	アップルポンチ 牛乳	フレンチトースト 牛乳
主 要 食 材						アガー・りんごジュース	主 要 食 材	米・果糖 豆乳・人参	ホットケーキミックス・マーガリン 豆乳・人参	米・味噌・ごま	バナナ・りんごジュース	バナナ・豆乳・マーガリン	
栄養価						I単位 - 469.0 kcal 蛋白質 15.2 g I単位 - 501.0 kcal 蛋白質 17.0 g	1、2歳 3、5歳	I単位 - 514.0 kcal 蛋白質 15.2 g I単位 - 545.0 kcal 蛋白質 16.3 g	I単位 - 500.0 kcal 蛋白質 16.4 g I単位 - 518.0 kcal 蛋白質 17.2 g	I単位 - 515.0 kcal 蛋白質 19.2 g I単位 - 527.0 kcal 蛋白質 21.1 g	I単位 - 492.0 kcal 蛋白質 17.1 g I単位 - 512.0 kcal 蛋白質 18.6 g	I単位 - 481.0 kcal 蛋白質 22.8 g I単位 - 500.0 kcal 蛋白質 25.0 g	I単位 - 485.0 kcal 蛋白質 22.7 g I単位 - 510.0 kcal 蛋白質 24.6 g
日	3	4	5	6	7	8	日	24	25	26	27	28	29
おやつ						お菓子	おやつ						
屋食						ごはん 鶏肉のトマト煮 白菜のお浸し 味噌汁	屋食	ごはん 白身魚の葱みそ焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼 大根と高野豆腐煮 すまし汁
主要食材						米・鶏肉・トマト・じゃが芋・しのじ かつお・片栗粉・白菜・胡瓜・味噌	主 要 食 材	米・ほうろけ・味噌・ごま油・長ねぎ トマト缶・かつお・かつお節・片栗粉 胡瓜・トマト・フルーツ	スバウティ・鶏挽肉・玉ねぎ・人参 トマト缶・かつお・かつお節・片栗粉 胡瓜・トマト・フルーツ	米・たらこ・トマト・きゃべつ・胡瓜 ツナ缶・酢	米・たらこ・しょうが汁・玉ねぎ・人参 たらこ・片栗粉・南瓜・ほうろけ・草 もやし・トマト・味噌	米・豚肉・豆腐・玉ねぎ・人参 たらこ・片栗粉・南瓜・ほうろけ・草 もやし・トマト・味噌	米・たらこ・しょうが汁・玉ねぎ・人参 たらこ・片栗粉・南瓜・ほうろけ・草 もやし・トマト・味噌
おやつ						野菜蒸しパン 牛乳	おやつ	ジュージュー 牛乳	鮭おにぎり 牛乳	ジャムサンド 牛乳	バナナスクエア 牛乳	グレープゼリー 牛乳	
主 要 食 材						ホットケーキミックス・豆乳・ ミックスベジタブル	主 要 食 材	米・鶏挽肉・人参・小ねぎ	米・さけフレーク	食パン・いちごジャム	ホットケーキミックス・豆乳 バナナ・レモン汁	アガー・グレープジュース	
栄養価						I単位 - 473.0 kcal 蛋白質 21.6 g I単位 - 501.0 kcal 蛋白質 23.8 g	1、2歳 3、5歳	I単位 - 530.0 kcal 蛋白質 24.4 g I単位 - 553.0 kcal 蛋白質 25.8 g	I単位 - 512.0 kcal 蛋白質 20.2 g I単位 - 554.0 kcal 蛋白質 22.8 g	I単位 - 476.0 kcal 蛋白質 16.8 g I単位 - 501.0 kcal 蛋白質 18.3 g	I単位 - 519.0 kcal 蛋白質 18.6 g I単位 - 535.0 kcal 蛋白質 20.2 g	I単位 - 479.0 kcal 蛋白質 20.9 g I単位 - 501.0 kcal 蛋白質 22.6 g	
日	10	11	12	13	14	15	日						
おやつ						お菓子	おやつ						
屋食						ごはん 鶏肉のバターライス マセドアンサラダ スープ	屋食	秋のおいしい味覚 秋に収穫できるといえばこのお野菜！“さつままいも”です。ほくほくして甘くて子どもたちにも人気のお野菜です。食物繊維も多いので便秘にも効果抜群！また、免疫力アップの効果もあるので、これからの季節を乗り越えるのにピッタリですね☆彡	秋のおいしい味覚 秋に収穫できるといえばこのお野菜！“さつままいも”です。ほくほくして甘くて子どもたちにも人気のお野菜です。食物繊維も多いので便秘にも効果抜群！また、免疫力アップの効果もあるので、これからの季節を乗り越えるのにピッタリですね☆彡	秋のおいしい味覚 秋に収穫できるといえばこのお野菜！“さつままいも”です。ほくほくして甘くて子どもたちにも人気のお野菜です。食物繊維も多いので便秘にも効果抜群！また、免疫力アップの効果もあるので、これからの季節を乗り越えるのにピッタリですね☆彡	秋のおいしい味覚 秋に収穫できるといえばこのお野菜！“さつままいも”です。ほくほくして甘くて子どもたちにも人気のお野菜です。食物繊維も多いので便秘にも効果抜群！また、免疫力アップの効果もあるので、これからの季節を乗り越えるのにピッタリですね☆彡	秋のおいしい味覚 秋に収穫できるといえばこのお野菜！“さつままいも”です。ほくほくして甘くて子どもたちにも人気のお野菜です。食物繊維も多いので便秘にも効果抜群！また、免疫力アップの効果もあるので、これからの季節を乗り越えるのにピッタリですね☆彡	
主要食材						米・鶏肉・かつお・かつお節・いんげん トマト・じゃが芋・人参・胡瓜・酢 トマト・じゃが芋・人参・胡瓜・酢	主 要 食 材	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 かつお・きゃべつ・コーン・ひじき・フルーツ トマト・フルーツ	うどん・鶏挽肉・玉ねぎ・きゃべつ 人参・ピーマン・さつま芋・フルーツ 豆腐・ほうれん草	米・鶏肉・しょうが汁・片栗粉 青のり・トマト・ブロッコリー・胡瓜 きゃべつ・人参・コーン・酢・味噌	米・鶏肉・ブロッコリー・トマト かつまき・味噌	米・ゆかり・かぼちゃ・しょうが汁 片栗粉・南瓜・ブロッコリー・人参 コーン・トマト・味噌	米・ゆかり・かぼちゃ・しょうが汁 片栗粉・南瓜・ブロッコリー・人参 コーン・トマト・味噌
おやつ						アップルスクエア 牛乳	おやつ						
主 要 食 材						ホットケーキミックス・豆乳 りんご	主 要 食 材						
栄養価						I単位 - 494.0 kcal 蛋白質 19.7 g I単位 - 507.0 kcal 蛋白質 21.8 g	1、2歳 3、5歳	I単位 - 531.0 kcal 蛋白質 20.0 g I単位 - 564.0 kcal 蛋白質 22.2 g	I単位 - 494.0 kcal 蛋白質 16.5 g I単位 - 516.0 kcal 蛋白質 17.8 g	I単位 - 476.0 kcal 蛋白質 19.1 g I単位 - 506.0 kcal 蛋白質 20.9 g	I単位 - 526.0 kcal 蛋白質 23.4 g I単位 - 552.0 kcal 蛋白質 25.9 g	I単位 - 494.0 kcal 蛋白質 1	

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。