

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (土) 15 (土)	ツナトマトスパゲティ フルーツカクテル(もも)	せんべい/麦茶(浸出液)/スパゲティ、たまねぎ、こまつな、油 ツナ油漬缶、ホールトマト缶詰、ケチャップ、食塩/みかん缶 もも缶(白桃)、パイナップル/せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
3 (月) 17 (月)	ご飯 みそ汁 鶏肉のごまみそ焼き さつま芋サラダ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米/はくさい、ねぎ、油揚げ 米みそ、かつお・昆布だし汁/鶏もも肉、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖 ごま/さつまいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、ツナ油漬缶、油、酢 砂糖、食塩/米、さけ、ごま/牛乳	ヨーグルト お茶 さけおにぎり 牛乳
4 (火) 18 (火)	ご飯 みそ汁 かじきの香り焼き 肉じゃが	クラッカー/牛乳/米/だいごん、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁 米みそ/かじき、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉、油 豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、いんげん、しょうゆ 砂糖、みりん、酒、かつお・昆布だし汁/ほうれんそう、チーズ ホットケーキ粉、無塩バター、砂糖、牛乳/牛乳	クラッカー 牛乳 カップチーズケーキ 牛乳
5 (水) 19 (水)	ご飯 みそ汁 スタミナ焼肉 和風マカロニサラダ	ブルー/牛乳/米/キャベツ、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(肩ロース)、にら、にんじん、たまねぎ ごま、しょうゆ、みりん/マカロニ、にんじん、きゅうり、ツナ油漬缶 かつお節、しょうゆ、酢、油/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルー 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
6 (木) 20 (木)	ご飯 はるさめスープ(たまねぎ・わかめ) ジャーチャン豆腐 ナムル	せんべい/牛乳/米/はるさめ、たまねぎ、カットわかめ、チンゲンサイ 中華だしの素、食塩、しょうゆ/生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、しめじ にんにく、しょうゆ、酒、砂糖、食塩、中華だしの素、ごま油、片栗粉 /もやし、にんじん、きゅうり、塩こんぶ、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖 /小麦粉、ベーキングパウダー、油、調整豆乳、黒砂糖、砂糖/牛乳	せんべい 牛乳 黒糖蒸しパン 牛乳
7 (金) 21 (金)	ご飯 みそ汁 豚のしょうが焼き きんぴらごぼう	チーズ/麦茶(浸出液)/米/だいごん、なす、油揚げ、米みそ かつお・昆布だし汁/豚肉(肩ロース)、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉 たまねぎ、/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん /フライドポテト、食塩/牛乳	チーズ お茶 フライドポテト 牛乳
8 (土) 22 (土)	きつねうどん オレンジ	せんべい/麦茶(浸出液)/ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、たまねぎ にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩/オレンジ /せんべい/クラッカー/麦茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
10 (月) 24 (月)	チキンカレーライス はるさめサラダ オレンジ	ヨーグルト/麦茶(浸出液)/米、鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも たまねぎ、にんじん、油、カレールー/はるさめ、きゅうり、にんじん コーン缶、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖、食塩/オレンジ/マカロニ きな粉、砂糖/牛乳	ヨーグルト お茶 マカロニきな粉 牛乳
11 (火) 25 (火)	御飯 みそ汁 さわらの照り焼き 切干大根の煮物	クラッカー/牛乳/米/木綿豆腐、こまつな、まいたけ かつお・昆布だし汁、米みそ/さわか、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 しょうが/切り干しだいごん、にんじん、いんげん、油揚げ、しょうゆ 砂糖、かつお・昆布だし汁/ホットケーキ粉、牛乳/牛乳	クラッカー 牛乳 ホットケーキ 牛乳
12 (水) 26 (水)	ご飯 みそ汁 鶏のいそべ焼き 厚揚げのとろみ炒め	ブルー/牛乳/米/かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、米みそ かつお・昆布だし汁/鶏もも肉(皮付き)、しょうゆ、酒、片栗粉、あおりの ガーリックパウダー、油/生揚げ、にんじん、だいごん、干しいたけ 万能ねぎ、しょうが、かつお・昆布だし汁、片栗粉、しょうゆ、砂糖 /せんべい/クラッカー/牛乳	ブルー 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
13 (木)	ご飯 みそ汁 松風焼き アスパラサラダ	せんべい/牛乳/米/あさり水煮缶、はくさい、米みそ かつお・昆布だし汁/豚ひき肉、木綿豆腐、にんじん、たまねぎ 片栗粉、しょうゆ、食塩、ごま、あおりの/キャベツ、グリーンアスパラガス にんじん、ツナ水煮缶、酢、油、食塩/食パン、いちごジャム/牛乳	せんべい 牛乳 いちごジャムパン 牛乳
14 (金)	ご飯 すまし汁 ポークみそ焼き 納豆あえ	チーズ/麦茶(浸出液)/米/焼ふ、こまつな、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/豚肉(肩ロース)、にんじん、たまねぎ 米みそ、しょうゆ、砂糖、みりん/キャベツ、もやし、にんじん、挽きわり納豆 釜揚げしらす、しょうゆ、かつお節/ゆでうどん、ツナ油漬缶、キャベツ にんじん、しょうゆ、中濃ソース、みりん、食塩、油、かつお節/牛乳	チーズ お茶 焼うどん 牛乳
27 (木) 誕生会	ミートスパゲティ きのこスープ フレンチサラダ	せんべい/牛乳/スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、水、ケチャップ ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉/えのき、しめじ、玉ねぎ、にんじん 洋風だしの素、食塩/キャベツ、きゅうり、にんじん、 油、酢、食塩、白こしょう/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳 油、生クリーム、砂糖、いちご、粉糖/牛乳	せんべい 牛乳 いちごのケーキ 牛乳
28 (金) 子どもの日 の集い	にんじんごはん みそ汁 こいのぼりバーグ ブロッコリーサラダ	チーズ/麦茶/米、にんじん、しょうゆ、食塩/油揚げ、ねぎ、だいごん カットわかめ、米みそ、かつお・昆布だし汁/豚ひき肉、木綿豆腐 たまねぎ、片栗粉、しょうゆ、酒、ガーリックパウダー、食塩、ケチャップ /ブロッコリー、にんじん、コーン缶、ツナ水煮缶、酢、砂糖、しょうゆ、油 /いちご、砂糖、粉かんでん、水、生クリーム、砂糖/牛乳	チーズ お茶 春色ゼリー 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	440Kcal (466Kcal)	18.9g (18.6g)
3歳以上児	560Kcal (574Kcal)	23.2g (23.0g)

()は、目標量です。

～行事食～

★誕生会(27日)

昼食

- ・ミートスパゲティ
- ・きのこスープ
- ・フレンチサラダ

午後おやつ

- ・いちごのケーキ
- ・牛乳

★子どもの日の集い(28日)

昼食

- ・にんじんごはん
- ・みそ汁
- ・こいのぼりバーグ
- ・ブロッコリーサラダ

午後おやつ

- ・春色ゼリー
- ・牛乳

