


日	曜日	献立名	主に熱や働く力になる	主に体を作る	主に体の調子を整える	調味料	コメント	栄養価 以上児(未満児)	
1	金	 ♥♥おたのしみめにゆー♥♥ (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)やくると ケーキ	米 砂糖 かぼちゃポロ ケーキ	卵 でんぶ さわら かつお節 鶏肉 豆腐 ヤクルト	干しいたけ 人参 きゅうり のり キャベツ 菜花 チンゲン菜 いちご	酢 塩 しょうゆ しょうゆ みりん しょうゆ しょうゆ 塩	3月生まれのお友達♥おめでとーございます。	エネルギー(kcal)	504
		たんぱく質(g)	423						
								脂質(g)	19.9
								食塩(g)	16
								脂質(g)	13.1
								食塩(g)	10.5
								食塩(g)	2.1/1.7
2	土	ごはん さげのしおやき じゃがいもに とうふみそする (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	米 じゃが芋 ハイハイ	鮭 豆腐 みそ 牛乳	若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの	塩 しょうゆ みりん 酒		エネルギー	540/440
		たんぱく質	23.5/18.9						
								脂質	11.1/8.9
								食塩	1.6/1.5
4	月	ごはん◎ さげのしおやき◎ きんぴらごぼう◎ じゃがいもみそする◎ りんご◎ (おやつ)むぎちゃ せんべい (15時おやつ)ぎゅうにゅう やきいも	米 砂糖 じゃが芋 せんべい お子様せんべい さつまいも	さば 豚ひき肉 ごま みそ 牛乳	ごぼう 人参 ピーマン キャベツ 若芽 長ネギ りんご	塩 しょうゆ	未満児のみ給食です。以上児さんはお弁当です。おやつは全園児提供されます。	エネルギー(kcal)	535
		たんぱく質(g)	419						
								脂質(g)	20.9
								食塩(g)	16.3
								脂質(g)	15.7
								食塩(g)	12.1
								食塩(g)	1.3/1.1
5	火	ごはん まーぼーどうふ ちゅうかあえ れんこんのすーい ばなな (おやつ)むぎちゃ むらさきいもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう めろんぱん	米 砂糖 片栗粉 砂糖 油 春雨 紫芋チップ めろんぱん	豆腐 豚ひき肉 みそ 鶏ささみ水煮 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく 生姜 いら きゅうり 人参 わかめ れんこん 白菜 バナナ	しょうゆ 中華だし 酢 こしょう 中華だし 塩	麻婆豆腐は人気の定番メニュー。おやつはそら組さんリクエストメニュー①です。	エネルギー(kcal)	583
		たんぱく質(g)	468						
								脂質(g)	21.7
								食塩(g)	17
								脂質(g)	17.6
								食塩(g)	14.1
								食塩(g)	2.3/1.8
6	水	ごはん すばにっしゅおむれつ ぶろっこりーさらだ こんそめすーい いちご (おやつ)むぎちゃ やさいおこめせん (15時おやつ)ぎゅうにゅう やきそば	米 じゃが芋 バター 油 砂糖 野菜お米せん 中華麺	卵 鶏肉 牛乳 かつお節 豚肉	玉ねぎ 人参 ピーマン 赤ピーマン マツ シュルーム缶 プロッコリーサラダ コーン キャベツ 人参 いちご キャベツ 人参 玉ねぎ 青のり	塩 ケチャップ 酢 塩 こしょう コンソメ 塩 ソース	卵の中にたくさんのカラフル栄養満点のスパニッシュオムレツ！食へ応えあります。	エネルギー(kcal)	534
		たんぱく質(g)	426						
								脂質(g)	19.7
								食塩(g)	15.4
								脂質(g)	17
								食塩(g)	13.1
								食塩(g)	2.4/1.9
7	木	ごはん カレーにくじゃが しるばーさらだ なめこのみそする おれんじ (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう ぜりー せんべい	米 じゃが芋 油 マヨネーズ 人参チップ ぜりー せんべい	豚肉 春雨 鶏ささみ水煮 みそ 牛乳	玉ねぎ グリンピース 人参 きゅうり コーン なめこ 玉ねぎ ねぎ オレンジ	塩 カレー粉 みりん 塩	今日の肉じゃがはカレー風味。スパイシーな香りにお腹がグーしゃうよ！	エネルギー(kcal)	570
		たんぱく質(g)	457						
								脂質(g)	19.1
								食塩(g)	14.8
								脂質(g)	16.1
								食塩(g)	12.4
								食塩(g)	1.9/1.6
8	金	きのごぶたどん もやしゆかりあえ ごもくみそする ばなな (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)ぎゅうにゅう ぼてとびざ	米 油 しらたき 砂糖 パン じゃが芋 マヨネーズ	豚肉 もやし 油揚げ、みそ 牛乳 ツナ チーズ	玉ねぎ 椎茸 しめじ ねぎ 生姜 に ゆかり粉 かぼちゃ 大根 ごぼう 長ネギ バナナ 玉ねぎ 青のり	酒 みりん しょうゆ	おやつ『ポテトピザ』はそら組さんリクエストメニュー②です。	エネルギー(kcal)	505
		たんぱく質(g)	424						
								脂質(g)	26.1
								食塩(g)	20.5
								脂質(g)	15.2
								食塩(g)	11.7
								食塩(g)	1.9/1.5
9	土	おやこどん とうふのすましじる くだもの (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	米 砂糖 油 ハイハイ	鶏肉 卵 豆腐 牛乳	果物 玉ねぎ 人参 えのき 椎茸	しょうゆ みりん 酒		エネルギー	546/456
		たんぱく質	17.9/14.4						
								脂質	1/0.8
								食塩	
11	月	ごはん ぶたにくのまーまれーどやき まかろにさらだ しいたけとばくさいのすましじる りんご (おやつ)むぎちゃ せんべい (15時おやつ)ぎゅうにゅう ぶれんちとーすと	米 砂糖 マカロニ マヨネーズ パン 砂糖	豚肉 ツナ水煮 豆腐 牛乳 卵	玉ねぎ ピーマン マーマレード きゅうり 人参 椎茸 白菜 玉ねぎ りんご	しょうゆ 塩 塩 しょうゆ	フレンチトーストはたっぷりミルクを浸してほんのり甘いスイーツなお味です。	エネルギー(kcal)	610
		たんぱく質(g)	445						
								脂質(g)	25.4
								食塩(g)	169
								脂質(g)	23.6
								食塩(g)	15
								食塩(g)	1.9/1.5
12	火	ごはん しろみざかなのまよやき ひじきのいために のっぺいじる いちご (おやつ)むぎちゃ むらさきいもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう じゃーまんぼてと	米 パン粉 マヨネーズ じゃが芋 砂糖 里芋 紫芋チップ じゃが芋 油	白身魚 油揚げ 鶏肉 豆腐 牛乳 ウィンナー	マッシュルーム缶 玉ねぎ パセリ ひじき 人参 干しいたけ 大根 人参 ごぼう ねぎ いちご 玉ねぎ	塩 みりん 酒 しょうゆ 塩 塩 こしょう	のっぺい汁は根菜類が入った汁物の郷土料理です。	エネルギー(kcal)	605
		たんぱく質(g)	483						
								脂質(g)	24.6
								食塩(g)	19
								脂質(g)	27.6
								食塩(g)	21.9
								食塩(g)	1.5/1.2
13	水	やさいたっぷりかれーらいす ごぼうさらだ よーぐると (おやつ)むぎちゃ やさいおこめせん (15時おやつ)ぎゅうにゅう じゃこちやーはん	米 砂糖 さつま芋 マヨネーズ 砂糖 野菜お米せん 米 ごま油	豚肉 ツナ ごま ヨーグルト 牛乳 しらす干し	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく ごぼう きゅうり 人参 ひじき 玉ねぎ ねぎ コーン	ケチャップ ソース ワイン 塩 こしょう 鶏 ガラスープ カレー粉 カレーパウ しょうゆ 塩 酢 しょうゆ 中華だし	野菜がたっぷり入ったカレーライスです。野菜がたくさん摂取できます。	エネルギー(kcal)	622
		たんぱく質(g)	507						
								脂質(g)	22.9
								食塩(g)	18.6
								脂質(g)	15.7
								食塩(g)	12.1
								食塩(g)	2.3/1.9
14	木	みそらーめん やきぎょうざ じゃがいものこうみあえ ばなな (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう おさくらごはん	中華麺 ごま油 じゃが芋 人参チップ 米	豚肉 みそ ぎょうざ(市販) ごま 牛乳	人参 玉ねぎ もやし コーン 白ねぎ 生姜 にんにく 青のり バナナ	酒 塩 こしょう 鶏ガ ラスープ 中華だし 塩 こしょう しょうゆ 酒 塩	味噌ラーメンが食べたい！職員の声が聞こえてきました。子ども達も大好きです♥	エネルギー(kcal)	572
		たんぱく質(g)	441						
								脂質(g)	20.5
								食塩(g)	15.1
								脂質(g)	11.6
								食塩(g)	8.4
								食塩(g)	2.8/2.1

15	金	はんぱーがー (バーガーパン★ロールパン◎)	バーガーパン(ロールパン◎) パン粉 片栗粉 砂糖	豚ひき肉 ひじき 豆腐	玉ねぎ	塩 こしょう ケチャップ ソース	太字のメニューが、 そらぐみさんのリクエスト メニュー③です。今年は たくさん出てきました	エネルギー(kcal)	563
		すらいすちーず★ こーるすーさらだ わかめすーぶ おめでとーせりー (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)ぎゅうにゅう ちょこぱん★ 豆腐のチョコブラウニー◎	マヨネーズ 砂糖 ゼリー かぼちゃポーロ 砂糖 コーンフレーク 米粉 片栗粉	スライスチーズ★ マカロニ ツナ水煮 わかめ 牛乳 豆腐 豆乳クリーム ブルーチェいちご	キャベツ 人参 玉ねぎ コーン ねぎ	酢 しょうゆ 塩 中華だし 塩		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	21.4 16.1 22.2 17 2.7/2
16	土	かれーらいす まかろにさらだ くだもの (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	米 じゃが芋 マカロニ ハイハイ	ツナ 豚肉 牛乳	人参 玉ねぎ グリンピース にんにく 果物	カレールー 塩 ソース こしょう	/	エネルギー	611/470
		ごはん さけのさいきょうやき かぼちゃのにも とりのすましじる おれんじ (おやつ)むぎちゃ せんべい (15時おやつ)ぎゅうにゅう おちやのぼうんどけーき	米 砂糖 砂糖 お子様せんべい せんべい 砂糖 ホットケーキミックス	鮭 みそ 鶏肉 牛乳 バター 卵	かぼちゃ 人参 えのき チンゲン菜 たけのこ オレンジ 煎茶 抹茶	みりん 塩 しょうゆ みりん しょうゆ 塩		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	18.4/14.6 31/24.9 2.1/1.7 516 413 23.1 18.2 13.4 10.3 1.3/1.1
18	月	ごはん さけのさいきょうやき かぼちゃのにも とりのすましじる おれんじ (おやつ)むぎちゃ せんべい (15時おやつ)ぎゅうにゅう おちやのぼうんどけーき	米 砂糖 砂糖 お子様せんべい せんべい 砂糖 ホットケーキミックス	鮭 みそ 鶏肉 牛乳 バター 卵	かぼちゃ 人参 えのき チンゲン菜 たけのこ オレンジ 煎茶 抹茶	みりん 塩 しょうゆ みりん しょうゆ 塩	竹の子がそろそろ地上 に登場する 時期です。 春だね〜♪	エネルギー	516
		ごはん すふた きゃべつとこーんのさらだ とうふのみそじる ばなな (おやつ)むぎちゃ むらさきもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう いそごまくっきー	米 じゃが芋 さつま芋 砂糖 油 片栗粉 マヨネーズ 紫芋チップ 小麦粉 バター 砂糖	豚肉 豆腐 みそ 牛乳 卵 ごま	人参 玉ねぎ ピーマン 干しいたけ 赤ピーマン キャベツ コーン 人参 きゅうり 小松菜 若芽 バナナ 青のり	しょうゆ みりん 塩 ケチャップ 酢 塩 ソース		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	18.3 14.2 24.1 19.2 2/1.6
19	火	ごはん すふた きゃべつとこーんのさらだ とうふのみそじる ばなな (おやつ)むぎちゃ むらさきもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう いそごまくっきー	米 じゃが芋 さつま芋 砂糖 油 片栗粉 マヨネーズ 紫芋チップ 小麦粉 バター 砂糖	豚肉 豆腐 みそ 牛乳 卵 ごま	人参 玉ねぎ ピーマン 干しいたけ 赤ピーマン キャベツ コーン 人参 きゅうり 小松菜 若芽 バナナ 青のり	しょうゆ みりん 塩 ケチャップ 酢 塩 ソース	和食は子ども達も大好き です♡素敵なお事 ですね。	エネルギー	637
		ごはん すふた きゃべつとこーんのさらだ とうふのみそじる ばなな (おやつ)むぎちゃ むらさきもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう いそごまくっきー	米 じゃが芋 さつま芋 砂糖 油 片栗粉 マヨネーズ 紫芋チップ 小麦粉 バター 砂糖	豚肉 豆腐 みそ 牛乳 卵 ごま	人参 玉ねぎ ピーマン 干しいたけ 赤ピーマン キャベツ コーン 人参 きゅうり 小松菜 若芽 バナナ 青のり	しょうゆ みりん 塩 ケチャップ 酢 塩 ソース		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	18.3 14.2 24.1 19.2 2/1.6
20	水	しゅんぷんのひ					/	エネルギー	
		ごはん ぼーくびーんず きゃべつさらだ ばすたすーぶ ぜりー (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう くだもの くらっかー	米 砂糖 片栗粉 マヨネーズ 砂糖 パスタ ゼリー 人参チップ クラッカー	大豆水煮 豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト缶 しめじ グリンピース キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ 人参 ほうれん草	コンソメ 塩 ケチャッ プ ワイン ソース こしょう しょうゆ 酢 塩 コンソメ 塩		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	533 420 15.6 12.1 12.6 9.6 1.9/1.5
21	木	ごはん ぼーくびーんず きゃべつさらだ ばすたすーぶ ぜりー (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう くだもの くらっかー	米 砂糖 片栗粉 マヨネーズ 砂糖 パスタ ゼリー 人参チップ クラッカー	大豆水煮 豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト缶 しめじ グリンピース キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ 人参 ほうれん草	コンソメ 塩 ケチャッ プ ワイン ソース こしょう しょうゆ 酢 塩 コンソメ 塩	今年度もあ と少し…卒 園・進級・ 入学と寂し かったり嬉 しかったり …成長を感 じます。	エネルギー	533
		ごはん ぼーくびーんず きゃべつさらだ ばすたすーぶ ぜりー (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう くだもの くらっかー	米 砂糖 片栗粉 マヨネーズ 砂糖 パスタ ゼリー 人参チップ クラッカー	大豆水煮 豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト缶 しめじ グリンピース キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ 人参 ほうれん草	コンソメ 塩 ケチャッ プ ワイン ソース こしょう しょうゆ 酢 塩 コンソメ 塩		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	533 420 15.6 12.1 12.6 9.6 1.9/1.5
22	金	ろーるぱん こーんくりーむしちゅー ふるっこりーさらだ よーぐるど (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)ぎゅうにゅう さけふれーくにぎり	パン じゃが芋 バター 米粉 油 砂糖 ヨーグルト	鶏肉 生クリーム 豆乳 牛乳 ヨーグルト	玉ねぎ 人参 しめじ コーン パセリ クリームコーン ブロッコリー コーン	塩 こしょう コンソメ 鶏ガラスープ ワイン 酢 塩 こしょう	そらぐみさん卒園お めでとーご ざいます♪	エネルギー	601
		ろーるぱん こーんくりーむしちゅー ふるっこりーさらだ よーぐるど (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)ぎゅうにゅう さけふれーくにぎり	パン じゃが芋 バター 米粉 油 砂糖 ヨーグルト	鶏肉 生クリーム 豆乳 牛乳 ヨーグルト	玉ねぎ 人参 しめじ コーン パセリ クリームコーン ブロッコリー コーン	塩 こしょう コンソメ 鶏ガラスープ ワイン 酢 塩 こしょう		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	478 23.4 18.2 18 13.2 1.9/1.4
23	土	かれーうどん こふきいも よーぐるど (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	うどん じゃがいも ハイハイ	豚肉 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 ねぎ パセリ	カレールー めんつゆ 塩	/	エネルギー	556/453
		かれーうどん こふきいも よーぐるど (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	うどん じゃがいも ハイハイ	豚肉 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 ねぎ パセリ	カレールー めんつゆ 塩		たんぱく質 脂質 食塩	21.2/17.1 14.1/11.3 2.8/2.3
25	月	ごはん あつあげのでんがく ひじきとつなのまよさらだ すましじる おれんじ (おやつ)むぎちゃ おこさませんべい (15時おやつ)ぎゅうにゅう さつまいもむしばん	米 片栗粉 砂糖 マヨネーズ せんべい お子様せんべい 砂糖 さつま芋 小麦粉 ホットケーキミックス	豚ひき肉 みそ ツナ ごま 鶏肉 牛乳	ひじき コーン さやえんどう きゅうり 小松菜 人参 えのき オレンジ	酒 みりん 塩 しょうゆ 塩 しょうゆ	ルウから作 るポークシ チューは、 奥深い味と なります。 真心込めて 作ります。	エネルギー	568
		ごはん あつあげのでんがく ひじきとつなのまよさらだ すましじる おれんじ (おやつ)むぎちゃ おこさませんべい (15時おやつ)ぎゅうにゅう さつまいもむしばん	米 片栗粉 砂糖 マヨネーズ せんべい お子様せんべい 砂糖 さつま芋 小麦粉 ホットケーキミックス	豚ひき肉 みそ ツナ ごま 鶏肉 牛乳	ひじき コーン さやえんどう きゅうり 小松菜 人参 えのき オレンジ	酒 みりん 塩 しょうゆ 塩 しょうゆ		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	454 21.9 17.2 20.5 15.9 1.9/1.5
26	火	ごはん さけのしおやき きりぼしだいこんのにも かぼちゃのみそじる ばなな (おやつ)むぎちゃ むらさきもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう おこのみやき	米 砂糖 紫芋チップ 小麦粉 マヨネーズ	鮭 油揚げ みそ 牛乳 卵 青のり ウィナー かつお節	切り干し大根 人参 干しいたけ かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ バナナ キャベツ ねぎ	塩 しょうゆ みりん 酒 和風だし ソース	おからが入 る中華蒸し は、肉汁が おからにし み込みヘル シー料理	エネルギー	537
		ごはん さけのしおやき きりぼしだいこんのにも かぼちゃのみそじる ばなな (おやつ)むぎちゃ むらさきもちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう おこのみやき	米 砂糖 紫芋チップ 小麦粉 マヨネーズ	鮭 油揚げ みそ 牛乳 卵 青のり ウィナー かつお節	切り干し大根 人参 干しいたけ かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ バナナ キャベツ ねぎ	塩 しょうゆ みりん 酒 和風だし ソース		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	432 24.7 19.3 17.5 13.9 1.9/1.5
27	水	おやこどん きゃべつのおこんぶあえ なまあげのみそじる ぜりー (おやつ)むぎちゃ やさいおこめせん (15時おやつ)ぎゅうにゅう せんべい りんご	米 じゃが芋 砂糖 糸こんにゃく ゼリー 野菜お米せん ぼたぼた焼き	卵 鶏肉 厚揚げ みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 干しいたけ グリンピース キャベツ 人参 塩昆布 大根 長ねぎ 若芽	しょうゆ 酒 みりん	希望保育に なります。	エネルギー	485
		おやこどん きゃべつのおこんぶあえ なまあげのみそじる ぜりー (おやつ)むぎちゃ やさいおこめせん (15時おやつ)ぎゅうにゅう せんべい りんご	米 じゃが芋 砂糖 糸こんにゃく ゼリー 野菜お米せん ぼたぼた焼き	卵 鶏肉 厚揚げ みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 干しいたけ グリンピース キャベツ 人参 塩昆布 大根 長ねぎ 若芽	しょうゆ 酒 みりん		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	401 17.4 13.7 12.2 9.3 1.6/1.3
28	木	ごはん さかなのこーんまよねーずやき じゃがいものかおりあえ もやしのみそじる いちご (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう うえはーす よーぐるど	米 マヨネーズ じゃがいも 人参チップ ウエハース	さわら パン粉 みそ 牛乳 ヨーグルト	クリームコーン コーン ゆかり和え もやし 玉ねぎ ねぎ いちご	塩 こしょう 塩	希望保育に なります。	エネルギー	582
		ごはん さかなのこーんまよねーずやき じゃがいものかおりあえ もやしのみそじる いちご (おやつ)むぎちゃ にんじんちっぴ (15時おやつ)ぎゅうにゅう うえはーす よーぐるど	米 マヨネーズ じゃがいも 人参チップ ウエハース	さわら パン粉 みそ 牛乳 ヨーグルト	クリームコーン コーン ゆかり和え もやし 玉ねぎ ねぎ いちご	塩 こしょう 塩		たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	482 24.3 19.8 23.1 18.3 1.6/1.3
29	金	おべんとうのひ (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)ぎゅうにゅう かすてら	かぼちゃポーロ カステラ	牛乳	りんご		新年度準備 の為、ご理 解の程よろ しくお願 いします。	エネルギー	173
		おべんとうのひ (おやつ)むぎちゃ かぼちゃぼーろ (15時おやつ)ぎゅうにゅう かすてら	かぼちゃポーロ カステラ	牛乳	りんご			たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	150 6.4 4.8 6.4 4.7 0.2/0.1
30	土	ごはん さけのしおやき じゃがいもに とうふのみそじる くだもの (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	米 じゃが芋 ハイハイ	鮭 豆腐 みそ 牛乳	若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの	塩 しょうゆ みりん 酒	/	エネルギー	540/440
		ごはん さけのしおやき じゃがいもに とうふのみそじる くだもの (おやつ)はいはいん (15時おやつ)おたのしみ	米 じゃが芋 ハイハイ	鮭 豆腐 みそ 牛乳	若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの	塩 しょうゆ みりん 酒		たんぱく質 脂質 食塩	23.5/18.9 11.1/8.9 1.6/1.5

【マークの説明】★→以上見のみ ☆→めだか組以上のみ ◎→未満児のみ
行事・食材料の入荷等により、献立を変更することがあります。