В	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		養価 (未満児)
		ぶたたまどん	米 砂糖 片栗粉 油	豚肉 卵	人参 玉ねぎ しめじ ねぎ	しょうゆ みりん 酒		エネルギー	513
		じゃがいものかおりあえ	じゃが芋		ゆかり粉		謹賀新年。 早いもので	(kcal)	400
	-1.0	ごもくみそしる		みそ	かぼちゃ 玉ねぎ 長ネギ		令和5年の	たんぱく質	19.7
4	水	<i>み</i> かん			みかん		スタートで す。今年も	(g)	15.2
		(おやつ) むぎちゃ やさいおこめせん					モリモリ食 ベよう♪	脂質 (g)	14.1
		(15時おやつ) ぎゅうにゅう こめこのけーき	野来おこめせん 米粉のケーキ	牛乳			- \S J 1/	食塩(g)	1.7/1.4
		ごはん	*					エネルギー	591
		あまからちきん	砂糖 片栗粉	鶏肉		みりん しょうゆ 酒	今年は兎 年! 兎の様	(kcal)	438
_		こうはくなます (**)か。	砂糖		大根 人参	酢	に元気よく	たんぱく質	21.8
5	木	じゃがいものみそしる 🥦 🥍	じゃがいも	みそ	玉ねぎ		·過ごせるー 年でありま	たがはく具	14
		0hc			りんご		すよう に・・	脂質	19.8
		(おやつ) むぎちゃ にんじんちっぷ (15幅おやつ) ぎゅうにゅう かすてら	人参チップ カステラ	 牛乳				食塩(g)	12.8
		ごはん	*	1 70				エネルギー	523
		さばのしおやき 🎉		さば		塩	· · 七草がゆを	(kcal)	434
	^	きりぼしだいこんのにもの	油 砂糖	鶏肉	切り干し大根 人参 干し椎茸	しょうゆ みりん 酒	食べてお正	たんぱく質	21.8
6	金	なめこのみそしる <b>ア</b> り ぷちぜりー	ぜり—	みそ	なめこ 玉ねぎ ねぎ キャベツ		月疲れた胃 腸を休ませ	107	17
		(おやつ) むぎちゃ かぼちゃぼーろ					ましょう♪	脂質 (g)	10.8
		(15時おやつ) ぎゅうにゅう ななくさがゆ	*	牛乳	大根(すずしろ) 大根葉 かぶ(すずな)	塩		食塩(g)	1.8/1.4
		かれーらいす まかろのさらだ くだもの	米 じゃが芋 マカロニ マヨネーズ	豚肉 ツナ水煮	玉ねぎ 人参 きゅうり	カレールウ 塩		エネルギー	731/592
7	土	(おやつ) おこさませんべい	お子様せんべい				1	たんぱく質	19.4/19.1
		(15時aやつ) おたのしみ♪				•	1	脂質 食塩	31/24.9 1.8/1.5
							<u> </u>		1.0/ 1.0
9	月	せいじんのひ 🥡					]		
$\square$									
		ごはん あつあげのでんがく	水 小维 片面料	原担ば 阪ハキ内 ユス		酒 みりん	インゲン芸	エネルギー (kcal)	501 412
		かりありのでんかく ひじきのいために	砂糖 片栗粉  じゃが芋 砂糖 油	厚揚げ   豚ひき肉   みそ 	ひじき 人参 干ししいたけ	酒 みりん みりん 酒 しょうゆ	チンゲン菜 は磐田の名	たんぱく質	20.3
10	火	ちんげんさいのすましじる		鶏肉	しいたけ 白菜 玉ねぎ	しょうゆ 塩	を を を を を を を を き き き き き も り も り も り も り も り も り も り も	たんはく貝 (g)	15.9
		いちご かぎちゅ むらさきいもちっぷ	紫芋チップ		いちご		Caを多く	脂質 (g)	14.9
		(おやつ) むぎちゃ むらさきいもちっぷ (15騎おやつ) ぎゅうにゅう ぜりー せんべい	案キチップ せんべい ゼリー				. 含みます。	食塩(g)	11.9
$\vdash$		ごはん	*						553
		にくじゃが	じゃがいも 砂糖 油 糸こんにゃく	豚肉	人参 玉ねぎ グリンピース	しょうゆ みりん 酒	肉じゃがは 子ども達も	エネルキー (kcal)	441
		こまつなのごまあえ	砂糖	ごま	小松菜 キャベツ 人参	しょうゆ	喜んで食べ てくれま	たんぱく質	19.4
11		きりぼしだいこんとかぼちゃのみそしる		みそ	切り干し大根 かぼちゃ 玉ねぎ 長ネギ		す。毎日残	(g)	15.2
		ばなな		<b>+</b>	// <del>///</del>	<u> </u>	食が少なく てうれしい	脂質 (g)	9.8
		(15時まやつ) ぎゅうにゅう つなちゃーはん	野来の木せん 米 ごま油	牛乳 ツナ		しょうゆ 塩	です。	食塩(g)	1.8/1.5
$\Box$		ごはん	*				タが与った	エネルギー	576
		ぶりのてりやき	砂糖	ぶり		しょうゆ みりん	* 冬が旬のお 魚『ぶり』	(kcal)	471
		きんぴらごぼう	砂糖 油	豚ひき肉 ごま	ごぼう 人参 ピーマン	しょうゆ	脂がのりお いしいで	たんぱく質	23
12	木	だいこんのみそしる		みそ	大根 しめじ 若芽	•	す。午後は	(g)	18.4
		ぽんかん		L	ぽんかん		以上児さんはお餅つき	脂質	16.5
		(おやつ) むぎちゃ にんじんちっぷ	— - — - — - — - — - — - 人参チップ	T	T	Ī	をして楽し みます。	(g)	12.5
Ш		⑴5時おや⊃) ぎゅうにゅう ★もち ◎おにぎり	もち米 米 砂糖	牛乳 かつお節 きな粉		しょうゆ		食塩(g)	1.6/1.3
		やさいたっぷりごもくらーめん	中華めん ごま油	豚肉	人参 干ししいたけ ねぎ 玉ねぎ もやし 白菜	しょうゆ 塩 中華だし 中華スープ 酒	7種の具材	エネルギー	208
		しゅうまい		しゅうまい			が入った ラーメンは	(kcal)	421
ا ، ا	_		油 砂糖	小魚	キャベツ 人参 コーン ひじき りんご	しょうゆ 酢	まい日には うれしいー 品です。ア		24
13	亚							たんぱく質 (g)	17.8
							ツアツ食べ てほしいで	脂質	12.4
		(おやつ) むぎちゃ かぼちゃぼーろ	かぼちゃボーロ	사			す。	(g)	10.9
		(15騎おやつ) ぎゅうにゅう ついすとばん ☆こざかな ごはん さけのしおやき じゃがいもに とうふみそしる くだもの	ツイストパン	牛乳 小魚 鮭 豆腐 みそ	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		食塩(g) エネルギー	2.9/2.6
14	+	(おやつ) せんべい	***************************************	mt 立摘 かて	石才 エ44さ 人参 クリンヒー人 くたもの	酒		エネルギー	540/440 23.5/18.9
		(15時3やつ) せんへい (15時3やつ) おたのしみ♪	せんべい				1	たんぱく質脂質 食塩	11.1/8.9
		ではん	*				一中央で「	エネルギー	1.8/1.5 499
		さかなのこーんまよやき	マヨネーズ	白身魚(メルルーサ)	クリームコーン 粒コーン	塩	白身魚の上 にクリーム	エネルキー (kcal)	399
ا م د		ひじきのまりね	砂糖 油	鶏ささみ水煮	ひじき 大根 人参 きゅうり	塩 酢	· コーンとマ . ヨを合わせ	たんぱく質	22.8
16		こんそめすーぷ			玉ねぎ キャベツ 人参	コンソメ 塩	たソースをかけ、こん	(g)	17.9
		いちご	ヤス採出し ごい	<b></b>	いちご	ļ	がりと焼き	脂質 (g)	14.2
		(おやつ) むきらや おこさませんべい (15時おやつ) ぎゅうにゅう にんじんけーき	お子様せんべい 砂糖 ホットケーキミックス	牛乳 バター 卵	人参		. 上げます。	食塩(g)	10.9 .8/1.4
		ごはん	*					エネルギー	565
		すきやきに 🥠	糸こんにゃく 砂糖	豚肉 焼き豆腐	ごぼう 人参 白菜 玉ねぎ 長ネギ えのきだけ	しょうゆ みりん 酒	みそ汁はか つお節と昆	(kcal)	454
		こふきいも 💮 😭	じゃが芋		パセリ	塩	布でお出汁	たんぱく質	20.3
17	火	もやしとこまつなのみそしる 🗪		みそ	もやし 小松菜 若芽	•	をとってま す。だし昆	(g)	15.8
		ばなな			バナナ		布は刻んで 献立に使用	脂質	20
		(おやつ) むぎちゃ むらさきいもちっぷ	紫芋チップ				されます。	(g)	15.9
ıl		(15時おやつ) ぎゅうにゅう ういんなーろーるぱい	パイ生地 マヨネーズ	牛乳 ウインナー		ケチャップ		食塩(g)	2.2/1.7

				T	T	1	1	T		
		ふゆやさいかれー		米 砂糖 里芋 じゃが芋	豚肉	人参 玉ねぎ ごぼう れんこん ほうれん草 にんにく 生姜	カレールウ ソース 塩 ケチャップ カレー粉	冬野菜力	エネルギー	505
				" 	++1\L		こしょう 鶏ガラスープ	レーには、 ごぼうやれ	(kcal)	440
		かみかみさらだ よーぐると		マヨネーズ ごま油	さきいか 	キャベツ 人参 きゅうり	しょうゆ	んこんほう		413 19.2
18	水	16 \ \ 0C						れん草など 珍材料も…	たんぱく質 (g)	15.7
							-1	体を温めて	脂質	14.9
		(おやつ) むぎちゃ やさ		野菜お米せん				くれる野菜 たちです。	(g)	11.5
		(15時おやつ) ぎゅうにゅう	りんご せんべい	せんべい	牛乳	りんご		, , , , , ,	食塩(g)	18/1.5
		<b>ご</b> はん		米	**************************************				エネルギー (kcal)	544
		おでん しーちきんさらだ かぼちゃのみそしる ぼんかん (おやつ) むぎちゃ にんじんちっぷ		こんにゃく 里芋 砂糖	鶏肉 厚揚げ 昆布 ちくわ ツナ水煮	大根 人参  きゅうり 人参 コーン	しょうゆ 酒 みりん	8い冬はお でんがおい しく感じま す。大鍋で コトコト煮		435 22.1
19	*			しゃかチ マコネース	みそ	さゆうり 人参 コーン   かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ	<u>-</u>		たんぱく質 (g)	17.3
10	\\\\					ぽんかん			015 <i>PP</i>	15.6
					T			込みます。	脂質 (g)	12
		(15時おやつ) ぎゅうにゅう		中華めん	牛乳 豚肉 かつお節	キャベツ 人参 玉ねぎ 青のり	ソース		食塩(g)	2.4/1.9
		おたのしみメニュー		米 バター		玉ねぎ 人参	コンソメ 塩	1月生まれ	エネルギー	582
				片栗粉 油	鶏肉	生姜 青のり	しょうゆ 酒	のお友達お誕生日おめ	(kcal)	488
00	<b>₽</b>			油		コーン 小メロン キャベツ	酢 塩 こしょう	でとうござ	たんぱく質	18.9
20	金	2,	V ====	里芋ごま油	豚肉	チンゲン菜 大根 人参 ごぼう 長ネギ	しょうゆ 塩	います。 - \( 'ω')/	(g)	15.4
		 <sup>(おやつ)</sup> むぎちゃ かぼ			<b>+</b>	メロン 		しっぺいも 1/20が誕	脂質 (g)	23.8
				ケーキ	アシドミルク			生日だよ!	食塩(g)	1.6/1.4
		(15時おやつ) あしどみるく けーき おやこどん とうふのすましじる みかん		*	卵 豆腐	玉ねぎ 人参 若芽 みかん	しょうゆ みりん 酒		エネルギー	546/445
21	+	(おやつ) おこさません		お子様せんべい	y- 2.34				たんぱく質	17.3/14
	+	(おもつ) おたのしみ♪							脂質 食塩	17.9/14.4
		ごはん		*				冬は温かメ		1/1.8
		さけのこうそうやき		パン粉 バター	<u></u> <u> </u>	パセリ	塩 酒 こしょう	ニューが一番。今日は	エネルギー (kcal)	472
				マカロニ マヨネーズ	ツナ水煮	きゅうり 人参 コーン	カレー粉	番。今日はポトフを作		24.5
23	月	まかろにさらだ						ります。野	たんぱく質 (g)	
		<b>ほとふ</b>		じゃが芋 	ウインナー	キャベツ 人参	コンソメ 塩	菜は風邪を 予防してく		16.6
		いちご				1150		れるビタミ	脂質 (g)	27.1
		(15時おやつ) ぎゅうにゅう ちーずけーき		小麦粉 砂糖	牛乳 クリームチーズ ヨーグルト 卵	レモン		ンがたっぷ りです。	食塩(g)	1.8/1.5
		ごはん		*					エネルギー	561
		まーぼーどうふ		砂糖 片栗粉	豆腐 豚ひき肉 みそ	玉ねぎ 人参 にんにく 生姜 にら	しょうゆ 中華だし	ジャムサン	(kcal)	422
	火	ちゅうかあえ 		砂糖 ごま油 春雨	鶏ささみ水煮	人参 きゅうり	酢 しょうゆ	ドは以上児さんは毎回	たんぱく質	23
24		ほうれんそうときのこの ばなな	<b>3</b> – 151		鶏肉	ほうれん草 しめじ えのき 長ネギ	塩 中華だし	自分でジャ	(g)	16.9
		(おやつ) むぎちゃ むら	こうしょう	 紫芋チップ		//		_ ム塗り作り ます。	脂質 <sup>(g)</sup>	11.1
		(15時おやつ) ぎゅうにゅう じゃむさんど		食パン	牛乳	苺ジャム			食塩(g)	2.2/1.6
		ごはん		*					エネルギー	554
		おやこやき きざみこんぶのいために		砂糖	卵 鶏ひき肉	玉ねぎ 人参 グリンピース	しょうゆ 酒 みりん 塩	やきいも最高!自然の 甘さが身に	(kcal)	442
OF	حاد			じゃが芋砂糖油	油揚げ	きざみ昆布 干ししいたけ 人参	しょうゆ みりん 酒 -		たんぱく質	21.3
25	水	とんじる りんご		里芋	みそ	大根 人参 ごぼう 玉ねぎ ねぎ りんご		染みる~♪ みんなでい	(8/	16.7 15.5
		(おやつ) むぎちゃ やさいおこめせん		野菜お米せん		900		ただきま しょう。	脂質 <sup>(g)</sup>	11.9
		(15時おや) ぎゅうにゅう やきいも		さつま芋	牛乳			しょう。	食塩(g)	2.2/1.7
		ばーが一ぱん		パン					エネルギー	660
			<b>字</b> はつきぐみさんの クエストメニューです。	油	チキンカツ		•	つきぐみさ	イルナー (kcal)	470
		こーるすろーさらだ	<u> </u>	マヨネーズ 砂糖		キャベツ 人参	んの	んのリクエ		21.9
26	木						ストス ニューで す。おなか		たんぱく質 (g)	
	. [ .	<b>とまと</b> たっぷりみねすとろーね		じゃが芋		人参 玉ねぎ セロリー トマト缶			15.1	
		よーぐると			ヨーグルト			いっぱい召 し上がれ♡	脂質 (g)	22.4
		(おやつ) むぎちゃ にんじんちっぷ (15幅おやつ) ぎゅうにゅう ひじきおにぎり		人参チップ	4 70		a. 11.4 . 1 . 7 . 16			14.8
		さんしょくどん	しさめにさり	米でま油米砂糖	4乳 ごま 卵 鶏ひき肉 ごま	ひじきほうれん草	みりん しょうゆ 塩		食塩(g)	3/2.2 502
			<b>(字</b> はつきぐみさんの  クエストメニューです。	7- 12-1/B	卵 頬ひさ肉 こま 納豆 しらす干し かつお節	小松菜 人参 椎茸	しょうゆ	五目納豆は	エネルギー (kcal)	414
		はくさいのみそしる		LL		- comment of the limited		なぜか人気	$\vdash$	26.7
		はくさいのみそしる			みそ	白菜 人参 玉ねぎ ねぎ		<b>メー</b> った	4 2 . 4	
27	金				みそ	白菜 人参 玉ねぎ ねぎ		メニューな んです!1	たんぱく質 <sup>(g)</sup>	21
27	金	はるみおれんじ		1	<b>みそ</b>	白菜 人参 玉ねぎ ねぎ はるみオレンジ		んです!1 月給食だよ	たんぱく質 (g) 脂質	21
27	金			かぼちゃボーロ	<i>3</i> -₹			んです!1	(g)	
27	金	はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かぼ (15瞬おやつ) ぎゅうにゅう	5ゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b>	せんべい	<b>みそ</b>			んです!1 月給食だよ りにてレシ	<sup>(g)</sup> 脂質	19.1
		はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かぼ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの	せんべい ) 米 じゃが芋			塩 しょうゆ みりん	んです!1 月給食だよ りにてレシ	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440
27		はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かほ (15瞬おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの	せんべい	牛乳 チーズ	はるみオレンジ	塩 しょうゆ みりん	んです!1 月給食だよ りにてレシ	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質	19.1 14.8 2.1/1.7
		はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かほ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません。 (15時おやつ) おこのしみ♪	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの	せんべい ) 米 じゃが芋	牛乳 チーズ	はるみオレンジ	塩 しょうゆ みりん	んです!1 月給食だよ りにてレシ ビ紹介中。	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9
		はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かほ (15瞬おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい	せんべい ) 米 じゃが芋	牛乳 チーズ	はるみオレンジ	塩 しょうゆ みりん	んです!1 月給にですだいと りに紹介中。 梅みそ焼ご もないに	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5
		はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かほ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません。 (15時おやつ) おたのしみ♪	ちゃぼーろ せんべい <b>5ーず</b> ちに とうふみそしる くだもの べい	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ	はるみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンビース くだもの		んです!1 月になり に紹介中。 梅み白に たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー (kcal)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5 612
28	土	はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かぼ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません (15時おやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶたにくのうめみそやき	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい	せんべい	牛乳 チーズ 鮭 豆腐 みそ	はるみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し	みりん	んだい (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5 612 445
28	土	はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かほ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいき (おやつ) おこさません。 (15時おやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶたにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ぼてとすーぶ	ちゃぼーろ せんべい <b>5ーず</b> ちに とうふみそしる くだもの べい	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖  油 砂糖	牛乳 チーズ 鮭 豆腐 みそ	ままままぎ 人参 グリンピース くだもの	通 みりん 酢塩 こしょう	ん月りピー 梅はがまめん で給に紹 もいく。 やらします。 もいく。 できます きじょう はいく できます きいく できます きいく できます きいく できます もっと かんと きいく こうしん さいしん はい かんしん はい	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー (kcal) たんぱく質	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5 612 445
28	土	はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かぼ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません (15時おやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶたにくのうめみそやき	ちゃぽーろ せんべい <b>ちーず</b> ちに とうふみそしる くだもの べい	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖  油 砂糖	牛乳 チーズ 鮭 豆腐 みそ	はるみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン 玉ねぎ 小松菜	通 みりん 酢塩 こしょう	ん月りピ 梅はがまめ梅るいで給に紹 やら良すえとよしまでか そいく。~言うくといく。~言うく おいちょうという もいがまめん からしまり かっぱい おいま かんり はい かん はい かん はい かん はい かん はい かん はい かん はい はい まい はい	(g) 脂質 (g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー (kcal)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5 612 445 26
28	土	はるみおれんじ (おやつ) むぎちゃ かほ (15瞬まやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません。 (15瞬まやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶだにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ぼてとすーぶ	ちゃぼーろ せんべい <b>5ーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖 油 砂糖 じゃが芋	牛乳 チーズ 鮭 豆腐 みそ	はるみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン 玉ねぎ 小松菜	通 みりん 酢塩 こしょう	ん月りピー 梅はがまめ悔る ・ 一	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー(kcal)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5 612 445 26 17
28	土	はるみおれんじ  (おやつ) むぎちゃ かぼ (15時おやつ) ぎゅうにゅう こはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません (15時おやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶたにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ぽてとすーぶ りんご (おやつ) むぎちゃ おこ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい  さませんべい つなとーすと	世んべい  米 じゃが芋  お子様せんべい  米  砂糖  油 砂糖  じゃが芋  お子様せんべい  食パン  米	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ       豚肉 みそ ごま       牛乳 ツナ水煮 マヨネーズ	お芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの	みりん 酢 塩 こしょうコンソメ 塩	ん月りピ 梅はがまめ梅るいま 主で給に紹 み白良すえとよしす 菜の白良すえとよしす 菜のものででです。 ・ き飯いつ = れおり	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質脂質 食塩 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー たんぱく質 (g)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 18/1.5 612 445 26 17 25.2 16.3 2.3/1.9
28	土	はるみおれんじ  (おやつ) むぎちゃ かぼ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません (15時おやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶだにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ぽてとすーぷ りんこ (おやつ) むぎちゃ おこ (15時おやつ) ぎゅうにゅう ごはん しろみざかなのやさいあ	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい  さませんべい つなとーすと	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖 油 砂糖  にゃが芋  お子様せんべい 食パン  米  片栗粉 小麦粉 油	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ       豚肉 みそ ごま	おみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン 玉ねぎ 小松菜 りんご 生姜 人参 玉ねぎ 椎茸	通 みりん 酢塩 こしょう コンソメ塩 しょうゆ みりん	ん月りピ 梅はがまめ梅るいま 主菜・ で給に紹 み白良すぇとよしす 菜・ けだレ中 焼ご合『』わに作 副物 き飯いう れおり に	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩(g)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 18/1.5 612 445 26 17 25.2 16.3 2.3/1.9 545
30	土	はるみおれんじ  (おやつ) むぎちゃ かぼ  (15時おやつ) ぎゅうにゅう  ごはん さけのしおやき じゃがいき  (おやつ) おこさません  (15時おやつ) おたのしみ♪  ごはん  ぶたにくのうめみそやき はなやさいのさらだ  ぽてとすーぶ  りんご (おやつ) むぎちゃ おこ  (15時おやつ) ぎゅうにゅう こはん  しろみざかなのやさいあ こうはくに	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい  さませんべい つなとーすと	世んべい  米 じゃが芋  お子様せんべい  米  砂糖  油 砂糖  じゃが芋  お子様せんべい  食パン  米	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ       豚肉 みそ ごま       牛乳 ツナ水煮 マヨネーズ       さわら	さるみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン 玉ねぎ 小松菜 りんご 生姜 人参 玉ねぎ 椎茸 人参	みりん 酢 塩 こしょうコンソメ 塩	ん月りピ 梅はがまめ梅るいま 主菜本かで給に紹 み白良すえとよしす 菜・日つまたしず マ・汁昆おり 焼ご合『』わに作 副物布節 き飯いう = れおり にとの	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質脂質 食塩 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー たんぱく質 (g)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 1.8/1.5 612 445 26 17 25.2 16.3 2.3/1.9 545 453
30	土	はるみおれんじ  (おやつ) むぎちゃ かほ (15瞬まやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません。 (15時まやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶだにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ぽてとすーぷ りんこ (おやつ) むぎちゃ おこ (15時まやつ) ぎゅうにゅう ごはん しろみざかなのやさいあ こうはくに きゃべつのみそしる	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい  さませんべい つなとーすと	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖 油 砂糖  にゃが芋  お子様せんべい 食パン  米  片栗粉 小麦粉 油	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ       豚肉 みそ ごま       牛乳 ツナ水煮 マヨネーズ	おおけい はるみオレンジ おまま まねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン まねぎ 小松菜 りんご 生姜 人参 まねぎ 椎茸 人参 キャベツ ねぎ 玉ねぎ	通 みりん 酢塩 こしょう コンソメ塩 しょうゆ みりん	ん月りピ 梅はがまめ梅るいま 主菜本か出で給に紹 み白良すえとよしす 菜・日つ汁けだレ中 焼ご合『』わに作 副物布節使りがある。 ・汁昆おをき飯いう = れおり にとの用	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギ(kcal) たんぱく質 脂質(g) 食塩(g)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 18./1.5 612 445 26 17 25.2 16.3 2.3/1.9 545 453 19.4
30	土	はるみおれんじ  (おやつ) むぎちゃ かほ (15瞬まやつ) ぎゅうにゅう こはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません (15時まやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶだにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ほてとすーぶ りんご (おやつ) むぎちゃ おこ (15時まやつ) ぎゅうにゅう こはん しろみざかなのやさいあ こうはくに きゃべつのみそしる ばなな	ちゃぼーろ せんべい <b>ちーず</b> ちに とうふみそしる くだもの べい さませんべい つなとーすと	世んべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖 油 砂糖 じゃが芋 お子様せんべい 食パン  米 片栗粉 小麦粉 油 じゃが芋 砂糖	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ       豚肉 みそ ごま       牛乳 ツナ水煮 マヨネーズ       さわら	さるみオレンジ 若芽 玉ねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン 玉ねぎ 小松菜 りんご 生姜 人参 玉ねぎ 椎茸 人参	通 みりん 酢塩 こしょう コンソメ塩 しょうゆ みりん	ん月りピ 梅はがまめ梅るいま 主菜本か出し汁で給に紹 み白良すぇとよしす 菜・日つ汁まのす食て介 そいく。~言うく。 ・汁昆おをすフ!だレ中 焼ご合『』わに作 副物布節使。ル1よシ。	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギ(kcal) たんぱく質 脂質(g) 食塩(g)	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 18/1.5 612 445 26 17 25.2 16.3 2.3/1.9 545 453 19.4 15.2
30	土	はるみおれんじ  (おやつ) むぎちゃ かほ (15瞬まやつ) ぎゅうにゅう ごはん さけのしおやき じゃがいも (おやつ) おこさません。 (15時まやつ) おたのしみ♪ ごはん ぶだにくのうめみそやき はなやさいのさらだ ぽてとすーぷ りんこ (おやつ) むぎちゃ おこ (15時まやつ) ぎゅうにゅう ごはん しろみざかなのやさいあ こうはくに きゃべつのみそしる	ちゃぽーろ せんべい <b>ちーず</b> 5に とうふみそしる くだもの べい さませんべい つなとーすと んかけ	せんべい  米 じゃが芋 お子様せんべい  米 砂糖 油 砂糖  にゃが芋  お子様せんべい 食パン  米  片栗粉 小麦粉 油	牛乳 チーズ       鮭 豆腐 みそ       豚肉 みそ ごま       牛乳 ツナ水煮 マヨネーズ       さわら	おおけい はるみオレンジ おまま まねぎ 人参 グリンピース くだもの 梅干し ブロッコリー カリフラワー コーン まねぎ 小松菜 りんご 生姜 人参 まねぎ 椎茸 人参 キャベツ ねぎ 玉ねぎ	通 みりん 酢塩 こしょう コンソメ塩 しょうゆ みりん	ん月りピ 梅はがまめ梅るいま 主菜本か出して給に紹 み白良すえとよしす 菜・日つ汁ます食て介 そいく。~言うく。 ・汁昆おをす!だレ中 焼ご合『』わに作 副物布節使。 き飯いう:れおり にとの用出	(g) 脂質(g) 食塩(g) エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩 エネルギー たんぱく質 を食塩(g) たんぱく質 たんぱく質	19.1 14.8 2.1/1.7 540/440 23.5/18.9 11.1/8.9 18./1.5 612 445 26 17 25.2 16.3 2.3/1.9 545 453 19.4

**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。**[マークの説明]★→以上児のみ ☆→めだか組以上のみ ◎→未満児のみ