## 献立表

ひいらぎこども園 2025年5月

|        |                    |                               | 材 料 名                           |                                 |   |  |
|--------|--------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---|--|
|        | 時間帯                | 献立                            |                                 | 赤                               | <br>緑   |  |
| 曜      | האו <u>רהו</u> נה. | HV77                          | 熱と力になるもの                        | 血や肉や骨になるもの                      | 体の調子を整えるもの  | その他  |
| 1      |                    | あじの混ぜごはん                      | 胚芽米                             | あじ、きざみのり                        | しそ  | しょうゆ、糸かつお                                  |
| 1      | 昼食                 | なすのそぼろ炒め                      |                                 |                                 | なす、にんじん、葉ねぎ、しょうが                                      |  |
|        |                    | お味噌汁                          |                                 |                                 | キャベツ、たまねぎ   | だしかつお                                      |
|        | 午後おやつ              |                               | ゆでうどん(小麦)、片栗粉、ごま油               | 豚ひき肉<br> 牛乳                     | キャベツ、葉ねぎ  | しょうゆ、食塩、こしょう                               |
| 2      |                    | <u>牛乳</u><br>ご飯               |                                 | <u>十</u> 孔<br>                  |   |  |
| 2<br>金 | 昼食                 | 鶏肉のおろしぽん酢                     |                                 | 鶏もも肉                            | だいこん、しょうが   | しょうゆ、ポン酢、酒、食塩、こしょう                         |
|        | 些良                 | 和風ポテトサラダ                      | じゃがいも、マヨドレ                      |                                 | たまねぎ、にんじん、葉ねぎ   |  |
|        |                    | すまし汁                          | 小事业 しつゆ ちちんか                    |                                 | だいこん、にんじん、トウミョウ                                       |  |
|        | 午後おやつ              | <u>こいのぼり蒸しパン</u><br>牛乳        | 小麦粉、上白糖、なたね油                    | 豆乳<br>牛乳                        | かぼちゃ(冷凍)  | ベーキングパウダー、グリンティ、ココアパウダー                    |
| 7      |                    | キーマカレー                        | 胚芽米、なたね油                        | 〒31<br>  豚ひき肉、牛ひき肉              | たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、                                   | カレールウ(小麦・大豆・ゼラチンを含む)、オイスターソース、             |
| 水      | 昼食                 | •                             |                                 |                                 | エリンギィ、黄ピーマン、しょうが、にんにく                                 |  |
|        | <u></u>            |                               | マカロニ(小麦)、上白糖、オリーブオイル            |                                 | きゅうり、たまねぎ   | 酢、食塩、こしょう                                  |
|        |                    | ベーコンとアスパラのスープ<br>お米deバナナスティック |                                 | ベーコン(卵不使用)<br>豆乳                | たまねぎ、グリーンアスパラガス、しめじ<br>バナナピューレ                        | コンソメ、良塩                                    |
|        | 午後おやつ              | 飲むヨーグルト                       | <b>木机、砂棉、皮机</b> 油               | 飲むヨーグルト                         | <u> </u>  |  |
| 条      |                    |                               | 胚芽米                             |                                 |   |  |
| 木      |                    | ポークチャップ                       | 上白糖、片栗粉、なたね油                    | 豚肉                              | たまねぎ、エリンギィ  | ケチャップ、しょうゆ、こしょう                            |
|        | 昼食                 |                               | 上白糖                             | ツナ                              | ほうれんそう(冷凍)、にんじん                                       | ウスターソース(大豆・りんご含む)、食塩                       |
|        |                    | コンソメスープ                       | <u> </u>                        |                                 | にんじん、キャベツ、ブロッコリー(冷凍)                                  | コンソメ、食塩                                    |
|        | 午後おやつ              | ジャーマンポテト                      | じゃがいも、なたね油                      | ウインナー(卵不使用)                     | たまねぎ  | コンソメ、食塩、こしょう、パセリ粉                          |
|        | 1 200 (-)          | 牛乳                            | 07++1/                          | 牛乳                              |   |  |
| 9金     |                    | ご飯<br>鮭の香味揚げ                  | 胚芽米<br>片栗粉、小麦粉、なたね油、ごま油         | <b>企</b> 士                      | 葉ねぎ、しょうが、にんにく   | 流 しょうゆ みりん                                 |
| 272    | 昼食                 | 大根サラダ                         | 上白糖                             |                                 | だいこん、プロッコリー(冷凍)、にんじん、水菜                               |  |
|        |                    | お味噌汁                          | じゃがいも                           | 絹ごし豆腐、味噌、あおさ、こんぷ(だし用)           | えのきたけ   | だしかつお                                      |
|        | 午後おやつ              | りんごケーキ                        | 小麦粉、上白糖、なたね油                    |                                 | りんご   | ベーキングパウダー                                  |
|        | 1 200 ( 2          | 牛乳                            |                                 | 牛乳                              |   |  |
| 10     | 昼食                 | 牛乳(幼児のみ)                      | <b>ゆでうどん(小麦)、玉かす(小麦)、トウ糖</b>    | 牛乳 たかめ (乾) こんぷ (だし思)            | たまわぎ はくさい にんじん 葉わぎ                                    | しょうゆ、みりん、だしかつお、食塩                          |
| _      | 2.0                | バナナ                           |                                 | 1754 1576 65 (45) ( 67015)      | バナナ   |  |
| 12月    |                    | ハヤシライス                        | 胚芽米                             | 豚肉                              |   | ハヤシルウ(小麦・大豆・豚肉を含む)、ケチャップ                   |
| 月      |                    | まさっ ベンノのコリラ                   |                                 | 八九 (國天体中)                       | しめじ、グリンピース(冷凍)  | <b>本 今</b>                                 |
|        |                    | 黄桃                            | 上白糖、オリーブオイル                     | 八公(卿不使用)                        | キャベツ、たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス<br>もも缶(黄桃)                  | UF、 良塩                                     |
|        |                    | みかん入りりんごゼリー                   | 上白糖                             | アガー                             | りんご天然果汁、みかん缶  |  |
|        | 午後おやつ              |                               | もち米、植物油脂、じゃがいも                  |                                 |   | 食塩   |
| 40     |                    | 牛乳                            | rr#W                            | 牛乳                              |   |  |
| 分に     |                    | ご飯さわらの西京焼き                    | <u>胚芽米</u><br>上白糖               | さわら、味噌                          |   | みりん、酒                                      |
|        | 昼食                 | ブロッコリーの白和え                    | <u>上口稿</u><br>上白糖、ごま油           |                                 | プロッコリー(冷凍)、にんじん、コーン缶                                  |  |
|        |                    | お味噌汁                          |                                 | 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)                |   |  |
|        | 午後おやつ              |                               | スパゲティー(小麦)、なたね油                 |                                 | たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん                                    | めんつゆ、食塩                                    |
| 14     |                    | <u>牛乳</u><br>豆ご飯              |                                 | 牛乳<br>こんぶ(だし用)                  | さやえんどう  |  |
|        |                    | 鶏の照り焼き                        | 上白糖、片栗粉                         | 鶏もも肉                            | CPANCJ  | しょうゆ、酒、みりん                                 |
| '-`    | 昼食                 | 白菜のチーズおかか和え                   |                                 | チーズ                             | はくさい、にんじん   | しょうゆ、糸かつお                                  |
|        |                    | すまし汁                          |                                 |                                 | たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば                                    |  |
|        | 午後おやつ              |                               | 強力粉、小麦粉、なたね油                    |                                 |   | ドライイースト、食塩                                 |
| 15     |                    | <u>牛乳</u><br>きつねうどん           | ゆでうどん(小麦)、上白糖                   | 牛乳 <br>  鶏もも肉(細かく)、油揚げ、こんぶ(だし用) | たまねぎ、にんじん、ねぎ  | しょうゆ、みりん、だしかつお                             |
| 15木    | 昼食                 |                               | さつまいも、片栗粉、なたね油                  |                                 | 72074000 1070700 7400                                 | 食塩   |
|        |                    | もくもく野菜のおかか和え                  |                                 |                                 | ブロッコリー(冷凍)、カリフラワー                                     |  |
|        | 午後おやつ              | <u>ココアバナナパフェ</u><br>りんごジュース   | コーンフレーク、小麦粉、上白糖、なたね油            | 豆乳ホイップ、豆乳、絹ごし豆腐                 | バナナ<br>りんご天然果汁  | ベーキングパウダー、ココアパウダー                          |
| 16     |                    | ご飯                            | 胚芽米                             |                                 | ソルレスが木川   |  |
| 金      | 昼食                 | かれいのねぎ塩あんかけ                   | 片栗粉、なたね油                        | かれい                             | ねぎ、しょうが   | 酒、鶏がらスープ、食塩                                |
|        |                    | ささみときゅうりの中華あえ                 | 上白糖、ごま油                         | 鶏ささみ                            | きゅうり、もやし  | しょうゆ、酢                                     |
|        |                    | 中華スープ                         | 食パン(小麦・脱脂粉乳)、なたね油、上白糖           | ベーコン(卵不使用)<br> 豚ひき肉             | たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ<br>たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、しいたけ、にんにく | 000000000000000000000000000000000000000    |
|        | 午後おやつ              | ミートソーストースト                    | シーン マンジ からのはないましょう ないしょなんのく 上口格 | NAO CKA                         | A CONTRACT OF CONTRACT PROPERTY                       | コンソメ、食塩、こしょう                               |
|        |                    | 牛乳                            |                                 | 牛乳                              |   |  |
| 17     |                    | 牛乳(幼児のみ)                      |                                 | 牛乳                              |   |  |
| 土      | 昼食                 | ナポリタン                         | スパゲティー(小麦)、上白糖、なたね油             | ワインナー(卵不使用)<br>                 | にんじん、たまねぎ、ピーマン  | クチャップ、ウスターソース (大豆・りんごきむ) 、<br>コンソメ、食塩、こしょう |
|        |                    | オレンジ                          |                                 |                                 | オレンジ  | コンソク、良塩、CUより                               |
|        |                    | - 5 - 5 - 5                   |                                 |                                 |   |  |

〈今月の旬の食材〉 アスパラガス、かぶ、キャベツ、グリーンピース、ごぼう、さやえんどう、しいたけ、じゃがいもたけのこ、にら、にんにく、レタス、いちご、キウイ、あじ、さわら

<sup>○</sup>乳児の午前おやつは牛乳になります。◎材料の都合により、献立を変更することがあります。◎給食に使用している『チリメン』は、極稀にエビ・カニ・たこ等が混入していることがあります。 ご了承の程、よろしくお願いします。

| 19月              |  | あじの混ぜごはん   | 胚芽米   | あじ、きざみのり  | しそ   | しょうゆ、糸かつお   |
|------------------|--|--|---|---|--|---|
|                  |  | なすのそぼろ炒め   | 上白糖、なたね油、片栗粉  |   | なす、にんじん、葉ねぎ、しょうが   |   |
|                  |  | お味噌汁   |   | 油揚げ、味噌、こんぶ(だし用)   |  | だしかつお   |
|                  | 午後おやつ  | うどん餃子  | ゆでうどん(小麦)、片栗粉、ごま油   |   | キャベツ、葉ねぎ   | しょうゆ、食塩、こしょう  |
|                  | 1 200 (0 )   | 牛乳   |   | 牛乳  |  |   |
| 20               |  | ご飯   | 胚芽米   |   |  |   |
| 灭<br>            | 昼食   | 鶏肉のおろしぽん酢  | 上白糖   | 鶏もも肉  |  | しょうゆ、ポン酢、酒、食塩、こしょう  |
|                  |  | 和風ポテトサラダ   | じゃがいも、マヨドレ  | ツナ  | たまねぎ、にんじん、葉ねぎ  | しょうゆ、糸かつお、食塩、こしょう   |
|                  |  | すまし汁   |   | 厚揚げ、こんぶ(だし用)  | だいこん、にんじん、トウミョウ  | しょうゆ、だしかつお、食塩   |
|                  | 午後おやつ  | ハムチーズ蒸しパン  | 小麦粉、上白糖、なたね油  | 牛乳、チーズ、ハム(卵不使用)   |  | ベーキングパウダー   |
|                  | 一度のやフ  | 牛乳   |   | 牛乳  |  |   |
| 21               |  | キーマカレー   | 胚芽米、なたね油  | 豚ひき肉、牛ひき肉   | たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、  | カレールウ(小麦・大豆・ゼラチンを含む)、オイスターソース、  |
| 水                | 昼食   | イーマカレー   |   |   | エリンギィ、黄ピーマン、しょうが、にんにく  | ウスターソース(大豆・りんご含む)、コンソメ  |
|                  | 些民   | マカロニサラダ  | マカロニ(小麦)、上白糖、オリープオイル  | ハム(卵不使用)  | きゅうり、たまねぎ  | 酢、食塩、こしょう   |
|                  |  | ベーコンとアスパラのスープ  |   | ベーコン(卵不使用)  | たまねぎ、グリーンアスパラガス、しめじ  | コンソメ、食塩   |
|                  | 午後おやつ  | お米deバナナスティック   | 米粉、砂糖、食物油   | 豆乳  | バナナピューレ  |   |
|                  | 一度のマン  | 飲むヨーグルト  |   | 飲むヨーグルト   |  |   |
| 22木              |  | ご飯   | 胚芽米   |   |  |   |
| 木                |  | ポークチャップ  | 上白糖、片栗粉、なたね油  | 豚肉  | たまねぎ、エリンギィ   | ケチャップ、しょうゆ、こしょう   |
|                  | 昼食   | ハーシテャッフ  |   |   |  | ウスターソース(大豆・りんご含む)、食塩  |
|                  |  | ほうれん草のツナサラダ  | 上白糖   | ツナ  | ほうれんそう(冷凍)、にんじん  | しょうゆ、酢  |
|                  |  | コンソメスープ  |   |   | にんじん、キャベツ、プロッコリー(冷凍)   | コンソメ、食塩   |
|                  |  | ジャーマンポテト   | じゃがいも、なたね油  | ウインナー(卵不使用)   | たまねぎ   | コンソメ、食塩、こしょう、パセリ粉   |
|                  | 十夜のヤフ  | 牛乳   |   | 牛乳  |  |   |
| 23               |  | ご飯   | 胚芽米   |   |  |   |
| 金                |  | 鮭の香味揚げ   | 片栗粉、小麦粉、なたね油、ごま油  | 鮭   | 葉ねぎ、しょうが、にんにく  | 酒、しょうゆ、みりん  |
|                  | 昼食   | 大根サラダ  | 上白糖   |   | だいこん、プロッコリー(冷凍)、にんじん、水菜  | しょうゆ(うすくち)、糸かつお、食塩  |
|                  |  | お味噌汁   | じゃがいも   | 絹ごし豆腐、味噌、あおさ、こんぶ(だし用)   | えのきたけ  | だしかつお   |
|                  | F###0  | りんごケーキ   | 小麦粉、上白糖、なたね油  | 豆乳、絹ごし豆腐  | りんご  | ベーキングパウダー   |
|                  | 午後おやつ  | 牛乳   |   | 牛乳  |  |   |
| 24               |  | 牛乳(幼児のみ)   |   | 牛乳  |  |   |
| 土                | 昼食   | わかめうどん(天かす入り)  | ゆでうどん(小麦)、天かす(小麦)、上白糖   | 牛肉、わかめ(乾)、こんぶ(だし用)  | たまねぎ、はくさい、にんじん、葉ねぎ   | しょうゆ、みりん、だしかつお、食塩   |
|                  |  | バナナ  |   |   | バナナ  |   |
| 26               |  | ハヤシライス   | 胚芽米   | 豚肉  | たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、   | ハヤシルウ(小麦・大豆・豚肉を含む)、ケチャップ  |
| 26<br>月          | 昼食   |  |   |   | しめじ、グリンピース(冷凍)   |   |
| , _              |  | 春キャベツのマリネ  | 上白糖、オリーブオイル   | ハム(卵不使用)  | キャベツ、たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス  | 酢、食塩  |
|                  |  | 黄桃   |   |   | もも缶(黄桃)  |   |
|                  |  | みかん入りりんごゼリー  | 上白糖   | アガー   | りんご天然果汁、みかん缶   |   |
|                  | 午後おやつ  | こつぶじゃがあられ  | もち米、植物油脂、じゃがいも  |   |  | 食塩  |
|                  |  | 牛乳   |   | 牛乳  |  |   |
| 27               |  | T <del>31</del> 0  | or±v  |   |  |   |
| 27               |  | ご飯   | 胚芽米   |   |  |   |
| 27<br>火          |  | ご飯 さわらの西京焼き  | 上白糖   | さわら、味噌  |  | みりん、酒   |
| 27<br>火          | 昼食   | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え   | 上白糖   | 絹ごし豆腐   | プロッコリー(冷凍)、にんじん、コーン缶   | しょうゆ、食塩   |
| 27               | 昼食   | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁   | 上白糖上白糖、ごま油  | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお  |
| 27               | 昼食   | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー   | 上白糖上白糖、ごま油  | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり   |  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお  |
| 火                | 昼食   | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳   | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパゲティー(小麦)、なたね油   | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぷ (だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩   |
| 火28              | 昼食   | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳<br>豆ご飯  | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパゲティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米  | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩   |
| 火                | 昼食・食物のの  | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳<br>豆ご飯<br>鶏の照り焼き  | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパゲティー(小麦)、なたね油   | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん   |
| 火28              | 昼食年後おやつ昼食  | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳<br>豆ご飯<br>鶏の照り焼き<br>白菜のチーズおかか和え   | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパゲティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米  | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお  |
| 火28              | 昼食年後おやつ昼食  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁  | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパグティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉   | 解ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぶ(だし用)、わかめ(乾)   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお<br>しょうゆ、だしかつお、食塩   |
| 火28              | 昼食年後おやつ昼食  | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳<br>豆ご飯<br>鶏の照り焼き<br>白菜のチーズおかか和え<br>すまし汁<br>ゼッポリーニ   | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパグティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉   | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぶ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお  |
| 火<br>28<br>水     | 昼食年後おやつ昼食  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳  | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパゲティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉<br>強力粉、小麦粉、なたね油   | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぶ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩   |
| 28水              | 昼食 年後おやつ 昼食 午後おやつ  | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳<br>豆ご飯<br>鶏の照り焼き<br>白菜のチーズおかか和え<br>すまし汁<br>ゼッポリーニ<br>牛乳<br>ピラフ                                  | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパグティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉<br>強力粉、小麦粉、なたね油<br>胚芽米、なたね油   | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぷ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぷ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぷ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩  |
| 火<br>28<br>水     | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯<br>さわらの西京焼き<br>ブロッコリーの白和え<br>お味噌汁<br>和風ツナスパゲティー<br>牛乳<br>豆ご飯<br>鶏の照り焼き<br>白菜のチーズおかか和え<br>すまし汁<br>ゼッポリーニ<br>牛乳<br>ピラフ<br>コールスローサラダ                     | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパグティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉<br>強力粉、小麦粉、なたね油<br>胚芽米、なたね油<br>上白糖  | 網ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぶ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぶ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用)  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩  |
| 28水              | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コールスローサラダ かぼちゃスープ  | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパグティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉<br>強力粉、小麦粉、なたね油<br>胚芽米、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油  | 絹ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぷ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぷ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぷ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩  |
| 28水              | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コールスローサラダ かぼちゃスープ スノーボールクッキー   | 上白糖<br>上白糖、ごま油<br>スパグティー(小麦)、なたね油<br>胚芽米<br>上白糖、片栗粉<br>強力粉、小麦粉、なたね油<br>胚芽米、なたね油<br>上白糖  | 解ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぶ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)<br>ツナ<br>豆乳  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩  |
| 火 2% 2木          | <b>昼食</b> 年後おやつ <b>昼食</b> 年後おやつ <b>昼</b> なかや <b>昼</b> なかやつ <b>昼</b> なかやつ <b>昼</b> なかやつ | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コールスローサラダ かぼちゃスープ スノーボールクッキー 牛乳                                      | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油 上白糖<br>片栗粉、なたね油   | 網ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぶ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぶ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用)  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、糸かつお<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩  |
| 火 28水 27木 30     | 昼食 年後おやつ 食 年後おか 食 年後おか 食 年後おか 食  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 フコールスローサラダ かぼちゃスープ スノーボールクッキー 牛乳 ご飯                                      | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパゲティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油 上白糖<br>片栗粉、なたね油 小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖   | 解ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぶ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぶ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)<br>ツナ<br>豆乳  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉   |
| 火 2% 2木          | を を を を を を を を を を を を を を を を を を を  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コールスローサラダ かぼちゃスープ スノーボールクッキー 牛乳 ご飯 かれいのねぎ塩あんかけ                       | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油 上白糖<br>片栗粉、なたね油 小麦粉、パター、グラニュー糖、粉糖 胚芽米   | 解ごし豆腐<br>木綿豆腐、味噌、こんぷ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぷ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぷ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)<br>ツナ<br>豆乳<br>牛乳  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ   | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉   |
| 火 28水 27木 30     | を は を を を を を を を を を を を を を を を を を を  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コールスローサラダ かばちゃスープ スノーボールクッキー 牛乳 ご飯 かれいのねぎ塩あんかけ ささみときゅうりの中華あえ         | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパゲティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油 上白糖<br>片栗粉、なたね油 小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖   | 解ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぶ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぶ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用) ツナ 豆乳 牛乳 かれい 鶏ささみ  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし  | しょうゆ、食塩<br>だしかつおめんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉   |
| 火 28水 27木 30     | を は を を を を を を を を を を を を を を を を を を  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コーサラダ かぼちゃスープ スノーボールクッキー 牛乳 ご飯 かれいのねぎ塩あんかけ ささみときゅうりの中華あえ 中華スープ       | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖 胚芽米<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖、ごま油 | 解ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぶ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぶ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用) ツナ 豆乳 牛乳 かれい 鶏ささみ ベーコン(卵不使用)   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉<br>酒、鶏がらスープ、食塩<br>しょうゆ、酢<br>しょうゆ、鶏がらスープ   |
| 火 28水 27木 30     | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コーサラダ かぼちゃスープ スノーボールクッキー 牛乳 ご飯 かれいのねぎ塩あんかけ ささみときゅうりの中華あえ 中華スープ       | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油 上白糖<br>片栗粉、なたね油 小麦粉、パター、グラニュー糖、粉糖 胚芽米   | 解ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぶ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぶ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用) ツナ 豆乳 牛乳 かれい 鶏ささみ  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ  | しょうゆ、食塩<br>だしかつおめんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉<br>酒、鶏がらスープ、食塩<br>しょうゆ、酢<br>しょうゆ、鶏がらスープ   |
| 火 28水 27木 30     | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 ピラフ コーザラダ かぼちゃスーー プラグ かれいのねぎ塩あんかけ ささみときゅうりの中華あえ 中華スープ ミートソーストースト         | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖 胚芽米<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖、ごま油 | 解ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぶ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぶ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぶ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用) ツナ 豆乳 牛乳 かれい 鶏ささみ ベーコン(卵不使用) 豚ひき肉  | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ  | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉<br>酒、鶏がらスープ、食塩<br>しょうゆ、酢<br>しょうゆ、鶏がらスープ   |
| 火 28水 27木 30金    | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 フコーサラダ かは フールスローサラダ スノーボールクッキー でびられいのねぎ塩あんかけさみときゅうりの中華あえ 中華 スープ ストースト 牛乳 | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖 胚芽米<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖、ごま油 | 解ごし豆腐 木綿豆腐、味噌、こんぷ(だし用) ツナ、きざみのり 牛乳 こんぷ(だし用) 鶏もも肉 チーズ こんぷ(だし用)、わかめ(乾) あおのり 牛乳 ウインナー(卵不使用) ツナ 豆乳 牛乳 かれい 鶏ささみ ベーコン(卵不使用) 豚ひき肉 牛乳   | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ  | しょうゆ、食塩<br>だしかつおめんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉<br>酒、鶏がらスープ、食塩<br>しょうゆ、酢<br>しょうゆ、鶏がらスープ   |
| 火 28水 27木 36金 31 | E W E W E W E W E W E W E W E W E W E W  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 フコーサラダ かばちゃ ボールクッキー 牛乳 飲 かれいのねぎ塩あんかけ ささみときゅうりの中華あえ 中華スープ ストースト 牛乳 (幼児のみ) | 上白糖<br>上白糖、ごま油  スパグティー(小麦)、なたね油  胚芽米<br>上白糖、片栗粉  強力粉、小麦粉、なたね油  胚芽米、なたね油 上白糖 片栗粉、なたね油 小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖  胚芽米 片栗粉、なたね油 上白糖、ごま油  魚パン(小麦・脱脂粉乳)、なたね油、上白糖       | #にし豆腐<br>**#豆腐、味噌、こんぷ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぷ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぷ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)<br>ツナ<br>豆乳<br>牛乳<br>かれい<br>鶏さみ<br>ベーコン(卵不使用)<br>豚ひき肉<br>牛乳<br>牛乳 | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ<br>たまねぎ、たんじん、トマトビューレ、しいたけ、こんにく | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉<br>酒、鶏がらスープ、食塩<br>しょうゆ、鶏がらスープ<br>しょうゆ、鶏がらスープ<br>クチャッス・ウスターソース (大豆・りんごきむ)、<br>コンソメ、食塩、こしょう |
| 火 28水 27木 30金    | を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を<br>を                     | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 フコーサラダ かは フールスローサラダ スノーボールクッキー でびられいのねぎ塩あんかけさみときゅうりの中華あえ 中華 スープ ストースト 牛乳 | 上白糖<br>上白糖、ごま油 スパグティー(小麦)、なたね油 胚芽米<br>上白糖、片栗粉 強力粉、小麦粉、なたね油 胚芽米、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖<br>片栗粉、なたね油<br>小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖 胚芽米<br>片栗粉、なたね油<br>上白糖、ごま油 | #にし豆腐<br>**#豆腐、味噌、こんぷ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぷ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぷ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)<br>ツナ<br>豆乳<br>牛乳<br>かれい<br>鶏さみ<br>ベーコン(卵不使用)<br>豚ひき肉<br>牛乳<br>牛乳 | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ  | しょうゆ、食塩 だしかつお めんつゆ、食塩  食塩 しょうゆ、酒、みりん しょうゆ、だしかつお、食塩 ドライイースト、食塩 コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう 酢、食塩 コンソメ、食塩、パセリ粉  酒、鶏がらスープ、食塩 しょうゆ、酢 しょうゆ、鶏がらスープ  クチャップ、ウスターソース (大豆・りんごきむ)、 コンソメ、食塩、こしょう   |
| 火 28水 27木 36金 31 | を を を を を を を を を を を を を を を を を を を  | ご飯 さわらの西京焼き ブロッコリーの白和え お味噌汁 和風ツナスパゲティー 牛乳 豆ご飯 鶏の照り焼き 白菜のチーズおかか和え すまし汁 ゼッポリーニ 牛乳 フコーサラダ かばちゃ ボールクッキー 牛乳 飲 かれいのねぎ塩あんかけ ささみときゅうりの中華あえ 中華スープ ストースト 牛乳 (幼児のみ) | 上白糖<br>上白糖、ごま油  スパグティー(小麦)、なたね油  胚芽米<br>上白糖、片栗粉  強力粉、小麦粉、なたね油  胚芽米、なたね油 上白糖 片栗粉、なたね油 小麦粉、バター、グラニュー糖、粉糖  胚芽米 片栗粉、なたね油 上白糖、ごま油  魚パン(小麦・脱脂粉乳)、なたね油、上白糖       | #にし豆腐<br>**#豆腐、味噌、こんぷ(だし用)<br>ツナ、きざみのり<br>牛乳<br>こんぷ(だし用)<br>鶏もも肉<br>チーズ<br>こんぷ(だし用)、わかめ(乾)<br>あおのり<br>牛乳<br>ウインナー(卵不使用)<br>ツナ<br>豆乳<br>牛乳<br>かれい<br>鶏さみ<br>ベーコン(卵不使用)<br>豚ひき肉<br>牛乳<br>牛乳 | たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん<br>たまねぎ、水菜、えのきたけ、にんじん<br>さやえんどう<br>はくさい、にんじん<br>たけのこ(水煮缶)、しいたけ、みつば<br>たまねぎ、コーン缶、にんじん<br>キャベツ、きゅうり、にんじん<br>かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ<br>ねぎ、しょうが<br>きゅうり、もやし<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ<br>たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、エリンギィ<br>たまねぎ、たんじん、トマトビューレ、しいたけ、こんにく | しょうゆ、食塩<br>だしかつお<br>めんつゆ、食塩<br>食塩<br>しょうゆ、酒、みりん<br>しょうゆ、だしかつお、食塩<br>ドライイースト、食塩<br>コンソメ、パセリ粉、食塩、こしょう<br>酢、食塩<br>コンソメ、食塩、パセリ粉<br>酒、鶏がらスープ、食塩<br>しょうゆ、鶏がらスープ<br>フェラゆ、鶏がらスープ<br>フェラウ、鶏がらスープ                               |

お誕生日おめでとうメニューです。5月生まれのお友達のリクエストでメニューを決めています。

|       | 纹        | )児         | 乳児      |             |  |
|-------|----------|------------|---------|-------------|--|
|       | 平均栄養価    | 目標栄養価      | 平均栄養価   | 目標栄養価       |  |
| エネルギー | 511 kcal | 569 kcal   | 425kcal | 454 kcal    |  |
| たんぱく質 | 20.9 g   | 23. 3 g    | 17.3 g  | 17.0 g      |  |
| 脂質    | 16.6g    | 14.3~21.5g | 14.2 g  | 10.0~15.1 g |  |
| カルシウム | 217 mg   | 270 mg     | 216 mg  | 225 mg      |  |
| ビタミンC | 25 mg    | 23 mg      | 20mg    | 20 mg       |  |