

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 麦茶
昼食						豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、みかんヨーグルト
午後						クレープ、牛乳
午前	3 麦茶 ★	4 カルピス ★	5 牛乳	6 麦茶	7 スキムミルク	8 飲むヨーグルト
昼食	野菜たっぷりみそラーメン、お豆とさつま芋のサラダ、ジョア	御飯、みそ汁(もやし・麩)、鶏肉の治部煮、白菜のおかかチーズ和え	あぶ玉丼、みそ汁(さつま芋・白菜)、ツナじゃが、バナナ	麦ごはん、すまし汁(大根・小ねぎ)、さばのみそ煮、キャベツの塩昆布和え、オレシジ	御飯、豚汁、擬製豆腐、コールスローサラダ	カレーライス、豆乳グラタン、ゼリー
午後	鬼さんシュークリーム、ポーロ(未満児)、節分豆(以上児)、牛乳	いちごゼリー	マカロニナポリタン、麦茶	焼きドーナッツ、牛乳	おかかとじゃこのおにぎり、麦茶	チーズ、せんべい、麦茶
午前	10 スキムミルク	11	12 麦茶	13 牛乳	14 りんごジュース	15 麦茶
昼食	御飯、ふりかけ、すまし汁(玉ねぎ・しめじ)、あじの西京焼き、切干大根の和え物		ミートボールカレー、はるさめサラダ、ピーチヨーグルト	御飯、みそ汁(かぶ・あげ)、豚肉のすき焼き風煮物、ラーメンサラダ、チーズ	バレンタインオムライス、キャベジンスープ、バレンタイン杏仁豆腐	おにぎり(鮭、菜飯)、みそ汁、ぎょうざ、デザート
午後	ソファールヨーグルト、ビスコ		パンプティング、牛乳	マシュマロおこし、中華ポテト、野菜ジュース	ハートのクッキー、牛乳	米粉のタルト、ジョア
午前	17 牛乳 ★	18 麦茶	19 スキムミルク	20 麦茶	21 牛乳	22 麦茶
昼食	焼きそば、中華スープ、ぶどうゼリー	ごはん(玄米入り)、みそ汁(はくさい・厚揚げ)、鶏肉のマヨコーン焼き、わかめサラダ	御飯、きのこのスープ、野菜入りミートローフ、コーンフレークのパリパリサラダ	御飯、具沢山汁、鮭の竜田揚げ、納豆あえ、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(キャベツ・麩)、肉豆腐、フロッコリーのミモザサラダ	ミートソーススパゲティ、コーンスープ、オレンジ
午後	チーズ、野菜チップ、yakult	フルーツサンド、牛乳	レタスチャーハン、麦茶	豆乳もち、麦茶	カレーグラタン、麦茶	クリームパン、せんべい、牛乳
午前	24	25 麦茶 ★	26 牛乳	27 麦茶 ★	28 スキムミルク	29 麦茶
昼食		チキンカレー、マカロニサラダ、ヨーグルト	ツナそぼろ丼、みそ汁(わかめ・大根)、ほうれん草のごま和え、グレープフルーツ	御飯、みそ汁(なめこ・豆腐)、ポークビーンズ、キャベツとちくわのマヨネーズあえ	御飯、みそ汁(チンゲン菜・揚げ)、タラのパン粉焼き、人参しりしり	ピザトースト、ポトフ、バナナ
午後		コーンとチーズの蒸しパン、牛乳	にゅうめん、麦茶	ケーキ(いちご)、牛乳	フルーチェ、ウエハース	ワッフル、牛乳

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

★月組

ちゃん(2日)ラーメン・ぎょうざ・ブドウゼリー  
 ちゃん(27日)ラーメン・納豆・いちごケーキ

★太陽組

ちゃん(4日)ラーメン・コールスロー・いちごゼリー  
 くん(17日)ラーメン・ブドウゼリー・りんご  
 ちゃん(24日)カレー・コーンスープ・みかん

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	434	16.9	12.8	198	1.5
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	53	20.5	15.8	236	1.9
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
										1	麦茶
										<b>お弁当持参</b>	
										フルーツジュレ 赤ちゃんせんべい	フルーツジュレ 赤ちゃんせんべい
3	麦茶	4	イオン水	5	牛乳	6	麦茶	7	スキムミルク	8	麦茶
野菜たっぷり にゅうめん お豆とさつま芋 のサラダ りんご	干しとうめん 豚肉(もも) キャベツ たまねぎ だいこん にんじん コーン しょうゆ かつお・ 昆布だし汁 ゆで大豆 ツナ水煮缶 さつまいも きゅうり ヨーグルト(無糖)	軟飯 みそ汁(もやし・ 麩) 鶏肉の治部煮 白菜のおかか チーズ和え	米 もやし 焼豆 かつお・昆布だし汁 米みそ(淡色 辛みそ) 鶏もも 酒 片栗粉 じゃがいも だいこん にん じん ししいだけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 酒 はくさい にんじん チーズ しょうゆ かつお節	親子丼 みそ汁(さつま 芋・白菜) ツナじゃが バナナ	米 鶏ひき肉 たまねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖 みりん 卵 ほろれんそう さつまいも はくさい かつお・昆布だし汁 米み そ(淡色辛みそ) ツナ水煮缶 じゃがいも にんじん たまねぎ しょうゆ みりん 砂糖 酒 かつお・昆布だし汁 グリーンピース バナナ	軟飯 すまし汁(大 根・木綿豆腐) 魚と野菜のみそ 煮 キャベツの和え もの オレンジ	米 だいこん 木綿豆腐 かつおだし汁 しょうゆ たら はくさい にんじん たまねぎ かつお・昆 布だし汁 米みそ(赤色辛みそ) 片栗粉 キャベツ きゅうり にんじん しょうゆ オレンジ	軟飯 豚汁 擬製豆腐 コールスローサ ラダ	米 豚肉(もも) じゃがいも だいこん にんじん こ ぼろ かつおだし汁 米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐 鶏ひき肉 ひじき ししいだけ にんじん さやえんどう 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 卵 キャベツ きゅうり にんじん コーン ヨーグル ト(無糖) しょうゆ	<b>お弁当持参</b>	
赤ちゃんせんべ い ポーロ 牛乳	赤ちゃんせんべい ポーロ 牛乳	野菜としらすの 雑炊 麦茶	米 昆布だし汁 だいこん かぶ かぶ・葉 にん じん しらす干し かつお・昆布だし汁 しょうゆ 麦茶(浸出液)	マカロニナポリ タン 麦茶	マカロニ にんじん たまねぎ ケチャップ 三温糖 麦茶(浸出液)	きな粉クリーム ロール 牛乳	サンドイッチパン きな粉 砂糖 ヨーグルト(無糖) 牛乳	おにぎり イオン水	米 かつお節 しらす干し しょうゆ 水	チーズ 赤ちゃんせんべ い 麦茶	チーズ 赤ちゃんせんべい 麦茶(浸出液)
10	スキムミルク	11		12	麦茶	13	牛乳	14	りんごジュース	15	麦茶
しらすと野菜の 煮うどん さつまいもと コーンフレーク のおやき ベビーダノン ヨーグルト バナナ 野菜パン 麦茶	干しうどん しらす干し はくさい にんじん カットわかめ 昆布だし汁 しょうゆ 片栗粉 水 さつまいも コーンフレーク 牛乳 片栗粉 ヨーグルト(無糖)	<b>建国記念 の日</b> 		麻婆豆腐丼 野菜スープ 青のりポテト パンプティング 牛乳	米 豚ひき肉 たまねぎ 絹ごし豆腐 かつお・昆 布だし汁 砂糖 しょうゆ 米みそ(赤色辛みそ) ごま油 片栗粉 はくさい だいこん にんじん 洋風スープ じゃがいも あおのり 食塩 食パン 卵 牛乳 砂糖 牛乳	軟飯 みそ汁(かぶ・ 葉) 豚肉のすき焼き 風煮物 じゃが芋とツナ のおやき トマトリゾット 麦茶	米 かぶ・葉 かつお・昆布だし汁 米みそ(淡色辛 みそ) 豚肉(もも) はくさい たまねぎ えのきたけ に んじん しょうゆ 砂糖 みりん じゃがいも にんじん ツナ水煮缶 片栗粉 しょ うゆ 米 トマト たまねぎ にんじん フロccoliリー 洋風だしの素 粉チーズ 麦茶(浸出液)	バレンタインオ ムライス キャベジンスー プ りんごのコン ポート かぼちゃのソフ トクッキー 牛乳	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん 油 洋風だ しの素 ケチャップ 卵 砂糖 ケチャップ フロッ コリー キャベツ にんじん たまねぎ じゃがいも コ ーン 水 洋風だしの素 りんご 砂糖 かぼちゃ ホットケーキ粉 牛乳 牛乳	<b>お弁当持参</b>	
17	牛乳	18	麦茶	19	スキムミルク	20	麦茶	21	牛乳	22	麦茶
焼きうどん 野菜スープ ぶどうゼリー	干しうどん 豚ひき肉 キャベツ たまねぎ にん じん しょうゆ こまつな にんじん えのきたけ コーン 洋風 スープ ぶどう濃縮果汁 水 砂糖 イナアガー	軟飯 みそ汁(はくさ い・木綿豆腐) 鶏肉のマヨコー ン焼き わかめサラダ	米 水 はくさい 木綿豆腐 かつお・昆布だし汁 米みそ (淡色辛みそ) 鶏もも肉 コーン クリームコーン カットわかめ ツナ水煮缶 もやし きゅうり 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 白いりごま	軟飯 きのこのスープ 野菜入りミート ローフ コーンフレーク のバリバリサラ ダ	米 えのきたけ しめじ ししいだけ にんじん 水 洋 風だしの素 豚ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ 油 さつまいも ミックスベジタブル パン粉 牛乳 ケチャップ 中濃ソース 三温糖 フロccoliリー にんじん キャベツ もやし にんじん 酢 ごま油 しょう ゆ 三温糖 白すりごま コーンフレーク	軟飯 具沢山汁 鮭のトマトミル ク煮 納豆あえ キウイフルーツ	米 だいこん にんじん こぼろ さやえんどう かつ おだし汁 しょうゆ さけ たまねぎ じゃがいも フロccoliリー トマ ト 牛乳 洋風だしの素 はくさい ほろれんそう にんじん 納豆 しょう ゆ かつお節 キウイフルーツ	軟飯 みそ汁(キャベ ツ・麩) 肉豆腐 フロccoliリーの ミモササラダ	米 キャベツ 焼豆(板ふ) かつお・昆布だし汁 米 みそ(淡色辛みそ) 豚肉(もも) 木綿豆腐 たまねぎ えのきたけ に んじん しょうゆ 三温糖 みりん 料理酒 フロccoliリー コーン 卵 ヨーグルト(無糖)	<b>お弁当持参</b>	
チーズ ふかし芋 イオン水	チーズ さつまいも かぼちゃ 油 食塩 水	かぼちゃサンド 牛乳	食パン かぼちゃ 砂糖 牛乳	レタスチャーハ ン 麦茶	米 しらす にんじん レタス ごま油 しょうゆ 麦茶(浸出液)	スティック野菜 麦茶	だいこん かつお・昆布だし汁 にんじん さつまいも 麦茶(浸出液)	グラタン イオン水	米 鶏もも肉 たまねぎ ホワイトソース 粉チーズ 水	ミルクパン 野菜ジュース	ミルクパン 野菜ジュース
24		25	麦茶	26	牛乳	27	麦茶	28	スキムミルク	29	麦茶
<b>振替休日</b>										<b>お弁当持参</b>	
チキンマカロニ グラタン 白菜のスープ りんごとさつま 芋の煮物 蒸しパン 牛乳	マカロニ 鶏もも肉 たまねぎ かぼちゃ フ ロccoliリー ホワイトソース 洋風だしの素 粉 チーズ はくさい なす 洋風スープ りんご さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 牛乳 油 ホットケーキ粉 コーン 牛乳	ツナそぼろ丼 みそ汁(わか め・大根) ほろれん草のご ま和え グレープフルー ツ にゅうめん 麦茶	米 ツナ水煮缶 しょうゆ 砂糖 酒 みりん 卵 砂糖 カットわかめ だいこん かつお・昆布だし汁 米 みそ(淡色辛みそ) ほろれんそう にんじん しょうゆ 砂糖 白すり ごま グレープフルーツ 干しとうめん 鶏ひき肉 にんじん かつお・昆布 だし汁 和風だしの素 食塩 しょうゆ みりん 麦茶(浸出液)	軟飯 みそ汁(大根・ 豆腐) ポークビーンズ キャベツの胡麻 あえ りんごのパン ケーキ 牛乳	米 だいこん 絹ごし豆腐 かつお・昆布だし汁 米み そ(淡色辛みそ) 豚肉(もも) 酒 ゆで大豆 じゃがいも にんじん たまねぎ 油 トマト缶詰 ケチャップ 砂糖 洋 風だしの素 キャベツ にんじん ごま ヨーグルト(無糖) しょうゆ ホットケーキ粉 りんご 水 牛乳	軟飯 みそ汁(チンゲ ン菜・揚げ) タラと野菜の和 風煮込み 人参とツナの豆 腐おやき バナナヨーグル ト ウエハース	米 チンゲンサイ はくさい かつお・昆布だし汁 米 みそ(淡色辛みそ) たら だいこん にんじん たまねぎ いんげん かつお・昆布だし汁 しょうゆ 片栗粉 にんじん じゃがいも ツナ水煮缶 絹ごし豆腐 片栗粉 油 しょうゆ ヨーグルト(無糖) バナナ ウエハース	ベビーダノン ヨーグルト チーズスティ ック	ヨーグルト チーズスティ ック		

☆材料の都合で変更する場合があります。 ☆アレルギー対応児には、献立に応じて代替え食、除去食で対応します。