

	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						ブルコギ丼、わかめスープ、オレンジ
午後						プリン、せんべい
午前	3 スキムミルク	4 麦茶	5 牛乳 ★	6 麦茶	7 りんごジュース ★★	8 飲むヨーグルト
昼食	冷やしうどん、シュウマイ、寒天入りフルーツポンチ	御飯、みそ汁(大根・油揚げ)、豚肉の生姜炒め、にんじんサラダ	御飯、みそ汁(玉ねぎ・きのこ)、アジの西京焼き、卵焼き、ごぼうとコーンのサラダ、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(にら・卵)、鶏肉と野菜のトマト煮、白菜の磯和え	御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、キャベツの胡麻マヨネーズあえ	マーボー豆腐丼、中華スープ、バナナ
午後	わかめと鮭のおにぎり、麦茶	きな粉トースト、牛乳	みたらし団子(以上児)、じゃが芋のみたらし団子(未満児)、麦茶	みかんゼリー	とうもろこし、せんべい、牛乳	スティックパン、牛乳
午前	10	11 スキムミルク ★	12 麦茶 ★	13	14	15
昼食		ナポリタン、野菜スープ、塩ゆで枝豆	ポークカレーライス、レタスのサラダ、ジョア	お弁当持参		
午後		青菜わかめおにぎり、麦茶	クリームパン、野菜ジュース	お弁当持参		
午前	17 飲むヨーグルト ★	18 牛乳 ★★	19 スキムミルク	20 麦茶	21 ヤクルト	22 麦茶
昼食	わかめ御飯、みそ汁(もやし・小ネギ)、鶏肉の竜田揚げ、大根とツナのあえ物、グレープフルーツ	野菜たっぷりみそラーメン、かぼちゃの甘煮、ヤクルト	御飯、具沢山汁、さばの塩焼き、ひじきの炒め煮	麦ごはん、みそ汁(しめじ・豆腐)、ポークケチャップ、切干し大根の中華和え	御飯、みそ汁(なめこ・ねぎ)、炒り鶏、タルタルサラダ	豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、みかんヨーグルト
午後	ゼリー(ホイップ添え)	ツナとほうれん草のドリア風、麦茶	ヨーグルトケーキ、麦茶	パンプティング、牛乳	ごまおこし、バナナ、牛乳	米粉のタルト、ヤクルト
午前	24 麦茶 ★	25 スキムミルク	26 麦茶	27 牛乳	28 麦茶	29 オレンジジュース
昼食	ツナそぼろ丼、白菜スープ、中華ポテト、チーズ	御飯、みそ汁(いんげん・えのき)、夏野菜オムレツ、ネバネバ納豆、ポテトサラダ	ごはん、みそ汁(なす・小松菜)、タンドリーチキン、キャベツとツナのサラダ	御飯、ふりかけ、みそ汁(じゃが芋・わかめ)、春巻き、車麩のチャンプルー	御飯、中華スープ、マーボー茄子、ほうれん草のナムル、オレンジ	カレーライス、ゼリー
午後	ケーキ、牛乳	五平餅、食べる小魚(以上児)、麦茶	ホットドッグ、牛乳	ソファールヨーグルト、せんべい	お豆腐ドーナツ、牛乳	チーズ、せんべい、麦茶
午前	31 麦茶	★ 今月のお誕生日 リクエストメニュー ★				
昼食	中華丼、中華スープ、フルーツヨーグルト	★星組 くん(9日)ハンバーグ・餃子・ゼリー くん(15日)カレー・ブドウゼリー・ジュース	★月組 くん(9日)とうもろこし・ブロックアイス ちゃん(14日)ナポリタン・ブドウゼリー ちゃん(18日)南瓜の煮物・カレー・いちご くん(24日)ケーキ・バナナ・カレー	★太陽組 くん(5日)卵焼き・からあげ・オムライス ちゃん(17日)ゼリー・うどん・ポテトサラダ ちゃん(18日)ラーメン・納豆和え・ぶどう		
午後	コーンフレーククッキー、お米リング(以上児)、牛乳					

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。

☆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食、除去食で提供します。



		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	439	16.3	12.8	176	1.6
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	540	19.4	15.9	204	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。