

	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											カレーライス、みかんヨーグルト
午後											
午前	3	4	5	6 豆乳★	7 牛乳★	8 麦茶					
昼食				ごはん、コーンスープ、ポークケチャップ、カラフルサラダ	醤油ラーメン、シューマイ、りんごゼリー	パン、豆乳南瓜スープ、チーズ、ぶどうゼリー					
午後				ビスケット、するめ(以上児)、牛乳	しらすチャーハン、麦茶	ハーベスト、ジョア					
午前	10 ヤクルト★	11 りんごジュース	12 スキムミルク	13 牛乳	14 スキムミルク★	15 麦茶					
昼食	ごはん、みそ汁(にら、えのき)、マーボー豆腐、韓国風和え物	ごはん(玄米)、みそ汁(白菜・麩)、鶏肉と野菜のトマト煮、切干し大根の中華和え	ごはん、すまし汁(小松菜・しめじ)、鮭の西京焼き、大豆入りひじきの煮物、オレンジ	五目うどん、お豆とさつま芋のサラダ、ジョア	ごはん、みそ汁(キャベツ・油揚げ)、ハンバーグ、マセドアンサラダ	焼きそば、わかめスープ、バナナ					
午後	フライドポテト、牛乳	ウインナーとチーズの蒸しパン、牛乳	ヨーグルト、コーンクッキー	わかめおにぎり、麦茶	焼きドーナツ、牛乳	ソファールヨーグルトせんべい					
午前	17 飲むヨーグルト	18 スキムミルク	19 カルピス	20 牛乳★	21 スキムミルク	22 麦茶					
昼食	ごはん、みそ汁(もやし・わかめ)、タンドリーチキン、ブロッコリーのマヨサラダ、グレープフルーツ	ごはん、みそ汁(小松菜・白身魚のフライ、キャベツとささ身のサラダ)	ごはん、みそ汁(かぶ・えのき)、にらの卵とじ、白菜のおかかチーズ和え	ドライカレー、きのこのスープ、フルーツサラダ	人参ごはん、みそ汁(厚揚げ・たまねぎ)、さわらの味醂醤油焼き、(星組：タラの味醂醤油焼き)、納豆あえ、キウイフルーツ	ホットドッグ、ポトフ、牛乳					
午後	型抜きチーズ、ココア豆乳、せんべい	コーンフレーククッキー牛乳	ジャムサンド、牛乳	プリン、ウエハース	新じゃが芋の青のり塩バター、麦茶	ミレービスケット野菜ジュース					
午前	24 豆乳飲料	25 牛乳	26 スキムミルク	27 オレンジジュース	28 麦茶★★★	29 麦茶					
昼食	キッズビビンバ、みそ汁(なめこ・豆腐)、切昆布の煮物、バナナ	ごはん、中華スープ、回鍋肉、わかめサラダ	ごはん、根菜汁、赤魚の煮付け、サラスパサラダ、オレンジ	ごはん、みそ汁(大根・えのき)、ポークビーンズ、小松菜とツナのごま和え	ごはん、みそ汁(はくさい・しめじ)、鶏のから揚げ、もやしの中華風和え物	マーボー豆腐丼、中華スープ、オレンジ					
午後	マッシュマロおこし、食べる小魚(以上児)、牛乳	にゅうめん、麦茶	ホットドッグ、牛乳	スティックおさつ、牛乳	ケーキ、牛乳	米粉のタルト、牛乳					
午前	31 牛乳	<p style="text-align: center;">★ 今月のリクエストメニュー ★</p> <p>★太陽組</p> <p>くん(6日)納豆、コーンスープ、おいも、サラダ                  ちゃん(7日)しょうゆラーメン、ケーキ                  くん(10日)フライドポテト、ハンバーグ、スイートコーン                  ちゃん(14日)ハンバーグ、えのきのみそ汁、からあげ、ショートケーキ</p> <p>ちゃん(20日)オムライス、プリン、きのこのスープ                  くん(30日)チャーハン、ケーキ                  ちゃん(30日)からあげ、わかめごはん、ブドウアイス</p>									
昼食	ナポリタン、コンソメスープ、キャベツのサラダ										
午後	バナナ、ヤクルト										

	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
未満児	平均値	462	17.4	13.6	198
	目標値	463	18.5	12.9	213
以上児	平均値	539	19.9	16.2	186
	目標値	576	23	16	261

※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。

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え食、除去食で提供します。